

année 2026 - semaine 2  
jeudi 8 janvier

Cette semaine le Jardin fait face à des conditions météorologiques exceptionnelles, qui perturbent notre fonctionnement habituel. Nous avons été contraints de fermer le Jardin mardi toute la journée et mercredi matin suite aux chutes de neige. La distribution du mardi a été reportée à ce jeudi.

### Pain du jeudi 8 janvier non facturé

Contre tout attente, Pain Virgule nous a bien livré le pain mardi matin. Le pain n'étant plus frais ce jeudi, nous avons décidé le mettre quand même dans vos paniers sans les facturer.

Au verso, une petite recette de pain perdu !

### Côté maraîchage

Cette semaine, nous avons récolté des carottes en botte, de la mâche et des épinards dans les serres ainsi que des blettes et poireaux au champs.

Nous continuons également l'émondage des PAM (plantes aromatiques et médicinales) avec le basilic citronné.

### Côté équipe

Cette semaine, le Jardin accueille Hanna qui effectue une PMSMP d'encadrante technique (Période de Mise en Situation en Milieu Professionnel) via France Travail durant 1 mois. Hanna est en reconversion, elle a une formation d'éducatrice spécialisée et souhaite s'orienter vers l'horticulture. Nous lui souhaitons la bienvenue et bonne réussite dans ses projets !

Ali, parmi les salariés en insertion a quitté le Jardin ce lundi. Le Jardin le remercie pour son implication et lui souhaite le meilleur pour la suite !

### Foodtruck La Tomate Confite

Laurence sera présente ce vendredi 9 janvier au Jardin de 15h à 18h30 !

Comme d'habitude, elle vous proposera des piadines, galettes et crêpes, toutes faites avec des produits bio et locaux. Vous pourrez les manger sur place ou à emporter.

Pour éviter l'attente, pensez à commander à l'avance (jusqu'à vendredi midi) par mail :

[latomateconfite@gmail.com](mailto:latomateconfite@gmail.com) ou par téléphone au 06 49 22 98 62. Merci de bien vouloir préciser votre heure d'arrivée.

### Bonne nouvelle ! Retour des œufs la semaine prochaine

La ferme du Limeur va pouvoir de nouveau nous livrer chaque semaine impaire et vous retrouverez donc de bons œufs bio dès la semaine prochaine dans vos paniers !



## Recettes de la semaine

### Pain perdu au lait de poireau et amandes

#### Ingrédients :

- |   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• 400 ml de lait de soja</li><li>• 1 poireau</li><li>• 2 œufs</li><li>• 1/2 cc de muscade</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• 8 tranches de pain</li><li>• 50g d'amandes entières</li><li>• 1 fromage de chèvre frais</li><li>• sel et poivre</li></ul> |
|---|---|

#### Préparation :

- Rincer les amandes et les laisser tremper dans un bol d'eau le temps de la préparation.
- Faire cuire le poireau émincé à la vapeur ou dans une casserole d'eau.
- Égoutter le poireau, le mixer avec le lait de soja, les œufs, la muscade et la moitié du fromage de chèvre. Saler et poivrer.
- Couper les tranches de pain en morceaux et les étaler au fond d'un plat graissé. Verser le lait de poireau dessus. Ajouter les amandes. Émietter le reste du fromage par-dessus.
- Enfourner pour 30 minutes à 180°C. Servir chaud

### Frites de navet et radis noir

#### Ingrédients pour 2 personnes :

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• 300g de radis noir</li><li>• 300g de navet</li><li>• 3 CS d'huile d'olive</li><li>• 2 cc de miel</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• 2 cc d'ail en poudre</li><li>• 1 cc de paprika</li><li>• sel à sa convenance</li></ul> |
|--|--|

#### Préparation :

- Préchauffer le four à 220°C.
- Peler les légumes racines. Les tailler en forme de frites. Les couper finement pour écourter le temps de cuisson et avoir un résultat plus croustillant. Mettre le tout dans un cul-de-poule.
- Ajouter l'huile d'olive, le miel, le paprika ainsi que le sel. Bien mélanger le tout.
- Déposer les frites sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé en veillant à ce qu'elles ne se chevauchent pas. En fonction de la quantité cuisinée, ne pas hésiter à utiliser deux plaques au lieu d'une.
- Enfourner à 220°C et cuire 20 à 25 minutes selon l'épaisseur des frites)

	unité	grand panier	petit panier
Betterave	kg	0,6	0,4
Blettes	kg		0,65
Carotte botte	Pièce	1	1
Courge musquée	kg	1,6	0,8
Echalote	kg	0,2	0,15
Mâche	kg	0,15	-
Pomme de terre	kg	1,3	1
		16 €	11,10 €



Les légumes sont produits au Jardin de Cognac Nantais selon le respect du mode d'agriculture biologique, certifié par FR-BIO-01 AGRICULTURE FRANCE.

Ce numéro a été conçu par l'ensemble de l'équipe du Jardin de Cognac Nantais

Directrice de la publication : Julie Kalt - Tel 02 40 68 91 67-mail : [communication@jardindecognacnantais.fr](mailto:communication@jardindecognacnantais.fr)