

année 2026 - semaine 8
vendredi 20 février

Côté maraîchage

La météo chaotique rend le travail dans le champ très compliqué voire impossible. En effet, le champ est devenu impraticable en tracteur ce qui retarde le travail nécessaire de préparation des sols. La nature nous oblige à s'adapter et l'assolement évolue en conséquence !

Cela n'empêche pas les jardiniers d'aller récolter les poireaux que vous retrouverez dans vos paniers cette semaine !

D'autre part, les semis sont toujours en cours avec la roquette, les betteraves et les courgettes !

Côté équipe

Cette semaine et jusqu'au 2 mars, Mickaël, accompagnateur socio-professionnel est en congé. Alexandre, encadrant technique est en congé ce jeudi et vendredi.

Tommy est de retour cette semaine au Jardin afin d'effectuer ces périodes de pratique dans le cadre de sa formation à l'EFEA de Nozay. Il s'agit d'une CQP (Certification de Qualification Professionnelle). Tommy souhaite devenir tractoriste et sa formation va durer 8 mois.

Chantier vestiaire

Le chantier vestiaire se poursuit cette semaine avec la pose du bardage !

Sébastien, bénévole, Tommy et Mickaël 2 salariés en insertion s'attellent à cette tâche et souhaitent pouvoir terminer cette semaine. Il s'agit du futur vestiaire homme, l'actuel devenant trop petit. Les femmes, qui sont moins nombreuses, vont donc pouvoir récupérer celui des hommes. Ainsi, cela va libérer une pièce qui va pouvoir être fortement utile afin d'y mener divers entretiens et réunions.

Le Jardin tient à remercier le travail précieux des bénévoles, ainsi que les adhérents qui ont permis, grâce à leur dons de matériels divers, de rendre possible ce chantier !

Foodtruck La Tomate Confitée

Laurence est présente ce vendredi 20 février 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. Pensez à commander : latomateconfite@gmail.com ou par téléphone au 06 49 22 98 62. Merci de bien vouloir préciser votre heure d'arrivée.



Recettes de la semaine

Gratin de betteraves rouges

Ingrédients :

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• 1 grosse cs de farine• 40g de beurre +10g• 50g de fromage râpé• 150g de lardons fumés• 1 pincée de muscade (facultatif) | <ul style="list-style-type: none">• 4 betteraves rouges• 50cl lait• 1 oignon• sel et poivre |
|---|--|

Préparation :

- Faire cuire les betteraves rouges à la cocotte minute de 10 à 15 minutes en fonction de la grosseur des betteraves. Les éplucher et les couper en dés.
- Faire revenir l'oignon avec les lardons.
- Faire une sauce béchamel : mettre le beurre et la farine sur le feu. Quand le mélange est mousseux, ajouter le lait d'un seul coup, ajouter sel, poivre, muscade et laisser mijoter pour que la sauce épaississe.
- Mettre les betteraves dans un plat à gratin avec l'oignon et les lardons.
- Verser la sauce dessus, parsemer de fromage râpé et de noix de muscade.
- Faire gratiner au four à 200°C de 20 à 30 minutes.

Fondue de poireaux échalotes et chèvre (2 personnes)

Ingrédients pour :

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• 3 poireaux• 1 échalote• 4 rondelles de chèvre• 10 cl de crème légère | <ul style="list-style-type: none">• 1 cs de moutarde• 1 cs de chapelure de pain• huile d'olive et une noix de beurre |
|---|--|

Préparation :

- Commencer par bien laver vos poireaux. Ne pas hésiter à les inciser en deux dans la longueur pour bien retirer la terre à l'intérieur.
- Les couper ensuite en rondelles et émincer l'échalote. Dans une grande poêle, commencer par faire revenir quelques minutes votre échalote avec une noix de beurre et un filet d'huile d'olive.
- Ajouter ensuite les poireaux et laisser cuire une vingtaine de minutes à feu moyen en remuant de temps à temps. Une fois les poireaux attendris, ajouter le vin blanc et laisser cuire à nouveau 5 minutes.
- Retirer la préparation du feu puis ajouter la moutarde, la crème légère, saler, poivrer puis remuer.
- Placer le tout dans un plat à gratin, ajouter le chèvre, la chapelure, puis enfourner au four 10 à 15 minutes le temps de gratiner.

	unité	grand panier	petit panier
Betterave	kg	0,6	0,6
Chou de Bruxelles	kg	0,5	0,5
Courge	kg	1	
Échalotes	kg	0,35	0,2
Mâche	kg	0,2	0,14
Poireau	kg	0,8	0,8
		16 €	11,10 €



Les légumes sont produits au Jardin de Cogan 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 Cogan Nantais

Directrice de la publication : Julie Kalt - Tel 02 40 68 91 67-mail : communication@jardindecogan Nantes.fr