

année 2026 - semaine 9
vendredi 27 février

Côté maraîchage

Accalmie niveau météo cette semaine !

Ces nombreuses semaines de pluies intenses nous ont contraint à rabattre des cultures dans les serres initialement prévues pour le champ. Le travail dans le champ, avec la préparation des planches de culture, est donc retardé.

Les jardiniers continuent de semer et planter dans les serres en cette période de transition des cultures ! Au programme cette semaine : semis de radis, d'oignons de garde, de piments et de poivrons notamment. Côté plantation, c'est au tour de la mâche, des navets botte, des oignons nouveaux et des petits pois. Puis pour garnir vos paniers cette semaine, les jardiniers récoltent des poireaux, des épinards, des choux de Bruxelles et des choux Pontoise.

Côté équipe

La météo plus clémente de cette semaine a fait du bien à toute l'équipe !

Le Jardin va très prochainement recruter de nouveaux jardiniers pour répondre aux besoins qui vont augmenter avec l'arrivée du printemps !

Dans les bureaux, c'est la période des demandes de subventions. Mi-février nous avons accueilli au Jardin nos partenaires financiers lors d'un dialogue de gestion qui s'est bien passé.

Nous préparons aussi la clôture des comptes 2025 qui devraient être arrêtés lors du prochain conseil d'administration du 17 mars prochain.

Assemblée générale et portes ouvertes : samedi 30 mai 2026

L'assemblée générale de l'association aura lieu le samedi 30 mai de 11h à 12h30 suivie d'un repas partagé. Puis à partir de 14h, se tiendront les portes ouvertes annuelles du Jardin !

Si certains d'entre vous ont des idées d'animations et/ou si vous souhaitez participer à l'organisation pour les portes ouvertes, faites nous signe ! Prenez contact avec Floriane en passant au bureau ou par mail à communication@jardindecocagnenantais.fr

Rappel : pas d'œufs cette semaine

Les poules de la ferme du Limeur sont parties en vacances !

Vous n'aurez donc pas d'œufs dans vos paniers cette semaine. Nous vous remercions de votre compréhension.

Retour des œufs, le mardi 10 et vendredi 13 mars.



Recettes de la semaine

Chou de Bruxelles au four

Ingrédients :

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • 500g de choux de Bruxelles parés et coupés en 2 • 1 cs de concentré de jus de poire ou de miel • 1 cs de crème à rôtir • 2cs de sésame noir ou blanc • 1 ou 2 cs de sauce soja • 100g de lard (facultatif) | <ul style="list-style-type: none"> • Sauce au yogourt • 200g de yogourt à la crème (à la grecque) • 1/2 citron, zeste râpé • 1 peu de jus de citron • 1/2 cc de curry • sel |
|---|---|

Préparation :

- Bien mélanger les choux de Bruxelles avec le reste des ingrédients, répartir sur une plaque chemisée de papier sulfurisé.
- Cuire les choux de Bruxelles 25-30 min au milieu du four préchauffé à 220°C jusqu'à ce qu'ils soient dorés et croustillants. Selon les goûts, ajouter les tranches de lard sur un côté de la plaque pour les 5-10 dernières minutes de cuisson.
- Sauce : mélanger tous les ingrédients, assaisonner.
- Sortir les choux de Bruxelles du four et garnir de tranches de lard (facultatif)

Navets farcis aux épinards

Ingrédients pour :

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • 4 navets • 1 gros oignon • 1 gousse d'ail • 500g d'épinards • 400g de sauce tomate | <ul style="list-style-type: none"> • 1 mozzarella • 25g de parmesan • huile d'olive • origan • sel et poivre |
|--|---|

Préparation :

- Éplucher les navets au rasoir à légumes, rectifier la base pour faciliter l'assise. Les plonger 10 min à l'eau bouillante pour qu'ils soient juste cuits. Bien les égoutter, les couper en deux et creuser la chair à l'aide d'une cuillère parisienne. Réserver la chair pour préparer une soupe.
- Faire revenir les oignons émincés dans un filet d'huile puis ensuite les épinards. Lorsque toute l'eau de végétation s'est évaporée, ajouter l'ail écrasée et l'origan, saler et poivrer.
- Garnir les navets de cette mixture, verser la sauce tomate, recouvrir de mozzarella émincée et de parmesan fraîchement râpé.
- Enfourner pour une vingtaine de minutes à 180°.

	unité	grand panier	petit panier
Chou de Bruxelles	kg	-	0,5
Chou Pontoise ou frisé	kg	1,2	-
Épinard	kg	0,6	0,3
Navet	kg	0,4	0,3
Oignons	kg	0,6	0,6
Poireau	kg	0,55	-
Pomme de terre	kg	1,4	1,2
		16 €	11,10 €



Les légumes sont produits au Jardin de Cocagne 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 Cocagne Nantais

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

année 2026 - semaine 9
vendredi 27 février

Côté maraîchage

Accalmie niveau météo cette semaine !

Ces nombreuses semaines de pluies intenses nous ont contraint à rabattre des cultures dans les serres initialement prévues pour le champ. Le travail dans le champ, avec la préparation des planches de culture, est donc retardé.

Les jardiniers continuent de semer et planter dans les serres en cette période de transition des cultures ! Au programme cette semaine : semis de radis, d'oignons de garde, de piments et de poivrons notamment. Côté plantation, c'est au tour de la mâche, des navets botte, des oignons nouveaux et des petits pois. Puis pour garnir vos paniers cette semaine, les jardiniers récoltent des poireaux, des épinards, des choux de Bruxelles et des choux Pontoise.

Côté équipe

La météo plus clémente de cette semaine a fait du bien à toute l'équipe !

Le Jardin va très prochainement recruter de nouveaux jardiniers pour répondre aux besoins qui vont augmenter avec l'arrivée du printemps !

Dans les bureaux, c'est la période des demandes de subventions. Mi-février nous avons accueilli au Jardin nos partenaires financiers lors d'un dialogue de gestion qui s'est bien passé.

Nous préparons aussi la clôture des comptes 2025 qui devraient être arrêtés lors du prochain conseil d'administration du 17 mars prochain.

Assemblée générale et portes ouvertes : samedi 30 mai 2026

L'assemblée générale de l'association aura lieu le samedi 30 mai de 11h à 12h30 suivie d'un repas partagé. Puis à partir de 14h, se tiendront les portes ouvertes annuelles du Jardin !

Si certains d'entre vous ont des idées d'animations et/ou si vous souhaitez participer à l'organisation pour les portes ouvertes, faites nous signe ! Prenez contact avec Floriane en passant au bureau ou par mail à communication@jardindecocagnenantais.fr

Rappel : pas d'œufs cette semaine

Les poules de la ferme du Limeur sont parties en vacances !

Vous n'aurez donc pas d'œufs dans vos paniers cette semaine. Nous vous remercions de votre compréhension.

Retour des œufs, le mardi 10 et vendredi 13 mars.

Chou de Bruxelles au four

Ingrédients :

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• 500g de choux de Bruxelles parés et coupés en 2• 1 cs de concentré de jus de poire ou de miel• 1cs de crème à rôtir• 2cs de sésame noir ou blanc• 1 ou 2 cs de sauce soja• 100g de lard (facultatif) | <ul style="list-style-type: none">• Sauce au yogourt• 200g de yogourt à la crème (à la grecque)• 1/2 citron, zeste râpé• 1 peu de jus de citron• 1/2 cc de curry• sel |
|---|--|

Préparation :

- Bien mélanger les choux de Bruxelles avec le reste des ingrédients, répartir sur une plaque chemisée de papier sulfurisé.
- Cuire les choux de Bruxelles 25-30 min au milieu du four préchauffé à 220°C jusqu'à ce qu'ils soient dorés et croustillants. Selon les goûts, ajouter les tranches de lard sur un côté de la plaque pour les 5-10 dernières minutes de cuisson.
- Sauce : mélanger tous les ingrédients, assaisonner.
- Sortir les choux de Bruxelles du four et garnir de tranches de lard (facultatif)

Navets farcis aux épinards

Ingrédients pour :

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• 4 navets• 1 gros oignon• 1 gousse d'ail• 500g d'épinards• 400g de sauce tomate | <ul style="list-style-type: none">• 1 mozzarella• 25g de parmesan• huile d'olive• origan• sel et poivre |
|--|---|

Préparation :

- Éplucher les navets au rasoir à légumes, rectifier la base pour faciliter l'assise. Les plonger 10 min à l'eau bouillante pour qu'ils soient juste cuits. Bien les égoutter, les couper en deux et creuser la chair à l'aide d'une cuillère parisienne. Réserver la chair pour préparer une soupe.
- Faire revenir les oignons émincés dans un filet d'huile puis ensuite les épinards. Lorsque toute l'eau de végétation s'est évaporée, ajouter l'ail écrasée et l'origan, saler et poivrer.
- Garnir les navets de cette mixture, verser la sauce tomate, recouvrir de mozzarella émincée et de parmesan fraîchement râpé.
- Enfourner pour une vingtaine de minutes à 180°.

	unité	grand panier	petit panier
Chou de Bruxelles	kg	-	0,5
Chou Pontoise ou frisé	kg	1,2	-
Épinard	kg	0,6	0,3
Navet	kg	0,4	0,3
Oignons	kg	0,6	0,6
Poireau	kg	0,55	-
Pomme de terre	kg	1,4	1,2
		16 €	11,10 €



Les légumes sont produits au Jardin de Cocagne 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 Cocagne Nantais

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

Recettes de la semaine