

Portes ouvertes du Jardin de Cocagne Nantais

Le samedi 30 mai, le Jardin de Cocagne Nantais vous ouvre ses portes de 14h à 18h pour un après-midi convivial placé sous le signe du jardin, de la biodiversité et du partage !

La journée débutera dès le matin avec l'Assemblée Générale du jardin, organisée de 11h à 12h30. À l'issue de celle-ci, nous vous invitons à participer à un repas partagé le midi. Une grande table abritée sera installée pour l'occasion ; nous vous demandons simplement de ramener votre repas (chambre froide à disposition) ainsi que vos couverts.

Nous souhaitons également remercier chaleureusement Sébastien, qui a travaillé d'arrache-pied ces dernières semaines pour finaliser la fabrication du nouvel abri du jardin. Celui-ci accueillera notamment notre marché, la vente de plants ainsi que notre thé glacé durant les portes ouvertes !

Au programme de l'après-midi :

- visites guidées du jardin,
- marché de légumes et vente de plants,
- animations nature et biodiversité,
- musique avec DJ Coco,
- animation jonglage proposée par Romaric,
- jeux en bois pour petits et grands,
- restauration sur place avec le foodtruck *La Tomate Confite*.



🐦 La LPO (Ligue pour la Protection des Oiseaux), partenaire du jardin, sera présente tout au long de l'après-midi. L'association réalise chaque année un suivi de la biodiversité au sein de notre jardin, leurs bénévoles tiendront un stand et proposeront des visites dédiées à la découverte de la faune présente sur notre site.

🐝 L'association Bretagne Vivante tiendra également un stand autour des traces animales et des insectes pollinisateurs.

♻️ Compostri proposera quant à elle différents supports ludiques autour du compostage pour mieux comprendre les enjeux de valorisation des biodéchets et du retour au sol de la matière organique.

🔔 Des départs de visites seront proposés à différents moments de l'après-midi :

- 14h15 : visite du jardin
- 15h15 : visite LPO
- 16h15 : visite du jardin
- 17h15 : visite LPO



Cette journée sera l'occasion d'échanger, de découvrir les coulisses du jardin et de partager un moment convivial autour de l'agriculture biologique, de l'alimentation et de la biodiversité.

Nous espérons vous voir nombreux samedi au jardin !



Recettes de la semaine

Entrée de fèves fraîches

Ingrédients :

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • 600 g de fèves fraîches • 2 oignons nouveaux • quelques feuilles de menthe • 2 cs d'huile d'olive | <ul style="list-style-type: none"> • 50g de feta • quelques feuilles de persil • 1/2 citron • sel et poivre |
|--|---|

Préparation :

- Écosser les fèves. Les faire cuire 5 min dans une casserole d'eau bouillante salée. Égoutter et les rafraîchir. Les laisser tiédir puis retirer la peau fine qui les recouvre.
- Peler les oignons et les couper en lamelles. Couper la feta en petits dés. Effeuillez et ciseler le persil et la menthe.
- Verser l'huile dans le saladier avec le jus du citron, du sel et du poivre. Ajouter les fèves, le persil, la menthe et les oignons. Mélanger délicatement.
- Servir parsemé de feta.

Salade de fenouil cru

Ingrédients pour 2 personnes :

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • 1 bulbe de fenouil • 1/2 citron • 1,5 cs d'huile d'olive | <ul style="list-style-type: none"> • 25g de parmesan • sel et poivre |
|--|--|

Préparation :

- Commencer par laver soigneusement les bulbes de fenouil sous l'eau froide.
- Couper le fenouil en deux dans le sens de la longueur et retirer la base dure du cœur (le « trognon »), puis le trancher finement à la mandoline ou au couteau.
- Presser le jus du citron. Dans un saladier, mélanger ce jus avec l'huile d'olive, puis saler et poivrer à votre goût.
- Ajouter les tranches de fenouil dans le saladier et mélanger délicatement pour bien enrober chaque lamelle. Laisser reposer quelques minutes pour que les saveurs se mélangent.
- Avec un économe ou une râpe fine, réaliser des copeaux de parmesan (*pour cela, râper simplement le fromage*) et les disperser sur la salade avant de servir.

	unité	grand panier	petit panier
Basilic	pièce	1	-
Carotte	botte	1	1
Fenouil	pièce	1	1
Fève	kg	0,6	0,6
Pomme de terre nouvelle	kg	0,75	-
Radis rose	botte	1	1
Salade	pièce	1	1
		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