



LE JARDIN DE COCAGNE DE LIMON

Chers tous,

Nous avons le plaisir de vous adresser notre feuille de chou de la semaine du 23 au 28 mars.

Nous vous rappelons que nous organisons un **chantier participatif ce samedi 28 mars**. Nous avons besoin de vous pour planter nos oignons !

La boutique sera fermée exceptionnellement **le samedi 4 avril** en raison du lundi de Pâques.

Nous vous informons aussi que nous mettons en place notre atelier de poules pondeuses pour vous proposer à partir de septembre **des oeufs Bio Extra Frais du Jardin de Limon** ! Nous avons besoin de vos dons pour financer ce projet important pour notre association !

Bonne lecture !

**CHANTIER PARTICIPATIF - SAMEDI 28 MARS.
NOUS AVONS BESOIN DE VOUS !**

SAMEDI 28 MARS 2026

8h30 A 12h30 au JARDIN



**CHANTIERS
PARTICIPATIFS**

Le printemps arrive et le travail s'intensifie au jardin. La saison commence et nous avons besoin de vous !

Nous planterons oignons, ails et échalotes ce **samedi 28 mars de 8h30 à 12h30**. Le sujet est d'importance ! Si nous prenons du retard, nous décalerons en conséquence le calendrier des autres plantations.

Nous débuterons par un café d'accueil à 8h30 au jardin puis réaliserons l'atelier de 9h à 12h30.

Pour des raisons d'organisation, nous vous remercions de vous inscrire sur le lien suivant :

[Cliquez ici pour vous inscrire](#)

**DES OEUFS BIO, LOCAUX ET EXTRA FRAIS AU
JARDIN DE LIMON**

Le jardin de Limon met en place cet été **son atelier de 250 poules pondeuses au jardin** ! Grâce au soutien des sœurs de l'Abbaye de Limon et de notre ami éleveur voisin, Charles Monville, nous avons identifié à proximité de notre boutique une parcelle idéale pour accueillir nos nouvelles amies !

Les enjeux sont multiples pour le jardin. Il s'agit de :

- **Proposer à vous adhérents de l'association des oeufs Bio Extra Frais, Locaux et Solidaires en provenance du Jardin de Limon** : Les oeufs seront proposés à la boutique et nous explorons la possibilité d'en proposer également sur les points de dépôts.
- **Proposer aux salariés en insertion de l'Association une nouvelle activité porteuse de sens** : le contact avec l'animal fait aussi partie de la vie de la ferme.
- **Améliorer la résilience financière de l'association** : un atelier poule pondeuse nous permettra d'assurer le développement économique de l'association dans un contexte de baisse des subventions publiques.
- **Honorer les lieux** : Le jardin de Limon est situé sur l'ancienne ferme de l'Abbaye de Limon. Sur cette ferme, les animaux de la basse-cour avaient toute leur place. Ce projet permettra de retrouver la riche tradition agricole des lieux.
- **Profiter des externalités positives agricoles de l'élevage** : le fumier de poules représente un amendement agricole riche en azote idéal pour fertiliser les parcelles maraîchères du jardin de Limon.

Les poules arriveront au jardin cet été et nous devrions être au mesure de vous proposer **nos premiers oeufs bio à compter de fin septembre 2026**.

Ce projet de diversification important pour la ferme implique un effort d'investissement de 20 000€ pour préparer le terrain et avoir un bâtiment d'élevage adapté.

Nous faisons appel à votre générosité pour couvrir la moitié de l'investissement, soit 10 000€. Nous avons besoin de vous ! Nous vous rappelons que vos dons sont déductibles :

- A hauteur de 66% à l'Impôt sur le Revenu (art 200 du CGI)
- A hauteur de 60% de l'impôt sur les sociétés (art 238 bis du CGI)
- A hauteur de 75 % à l'Impôt sur la Fortune Immobilière (art 978 du CGI) Un reçu fiscal vous sera systématiquement envoyé

[Cliquer ici pour réaliser votre don](#)



Œufs BIO et Extra Frais du jardin de Limon



LA COMPOSITION DE VOS PANIERS Semaine 13 : 23 au 28 Mars 2026



Petit Panier BIO

- Pomme de Terre CHERIE (1kg)
- Blette (800g)
- Oignon Jaune (600g)
- Radis noir (500g)
- Pousse Asiatique (400g)
- 1 botte de ciboulette ou persil



Grand Panier BIO

- Pomme de Terre CHERIE (1kg)
- Blette (1 kg)
- Oignon Jaune (1 kg)
- Radis noir (1kg)
- Pousse Asiatique (600g)
- 1 botte de ciboulette ou persil
- 1 botte d'aillet

LA RECETTE DE LA SEMAINE



ECRASEE DE POMMES DE TERRE, BLETTES SAUTEES AU BEURRE

Ecrasée de pommes de terre :

Pour 4 personnes en accompagnement : 4 pommes de terre, 3 cuillère soupe eau, un peu de sel.

1. Peler, laver et couper en petits dés les pommes de terre, les placer dans un plat allant au micro-ondes, saler très légèrement, couvrir d'un film plastique, percer le film d'une pointe de couteau, placer au micro-ondes pour 10 minutes.
2. Laisser en attente le temps nécessaire sans ouvrir le film. Réchauffer au micro-ondes si nécessaire au moment d'utiliser. Ôter le film, écraser.

Blettes :

Pour 4 personnes : 750g de blette, 1 gros oignon jaune, 2 gousses d'ail, 1 cuillère à soupe de beurre, sel, poivre.

1. Mettre à bouillir de l'eau salée, laver les blettes, séparer les côtes du vert.
2. Préparer les côtes, les couper au ciseaux en petits morceaux. Quand l'eau bout, y jeter les côtes et laisser bouillir entre 10 et 20 minutes selon la taille des morceaux qui doivent être cuits mais fermes.

3. Pendant ce temps, peler l'oignon et l'ail, les ciseler finement, les mettre à fondre dans une sauteuse avec le beurre, ne pas laisser colorer.
4. Ciseler le vert, l'ajouter dans la sauteuse, mélanger et laisser simplement « tomber » sur feu doux. Saler légèrement.
5. Ajouter les côtes bien égouttées, mélanger, et laisser évaporer le liquide qui resterait au fond de la sauteuse.
6. Goûter, rectifier l'assaisonnement.



FLAN DE RADIS NOIR SAUCE PERSIL

Ingrédients pour 4 personnes :

500g de radis noir, sel poivre, 25 cl de crème fraîche à 20%, 3 cuillères à soupe de parmesan, 3 œufs, 1 morceau de beurre, 1 cuillère à café de noix de muscade râpée, sel et poivre.

Pour la sauce persil : 2 bouquets de persil, 1 cuillère à soupe de crème fraîche, 2 cuillères à soupe de fromage blanc

Mode préparatoire :

1. Pelez les radis noirs, détaillez-les en gros cubes et lavez-les.
2. Placez les radis noirs dans le panier de cuisson vapeur d'un autocuiseur contenant 1/2 l d'eau salée. Faites cuire 7/8 min après le départ de la soupape de sécurité.
3. Préchauffez le four th.7 (220°C).
4. Egouttez les radis puis réduisez-les en purée.
5. Dans une jatte, rassemblez la purée de radis noir, les oeufs, la crème, le de parmesan, la muscade, et du poivre. Mélangez intimement.
6. Versez cette préparation dans un moule à soufflé beurré et faites cuire au four, au bain-marie 30 min.
7. Pendant ce temps, faites blanchir le persil 4 min dans de l'eau salée, égouttez-le et mixez-le pour obtenir une purée.
8. Préparez la sauce 5 min avant la fin de cuisson du flan :

9. Dans une casserole, faites bouillir la crème 1 min, ajoutez le fromage blanc hors du feu et mélangez au petit fouet avec la purée de persil, rectifiez l'assaisonnement.
10. Tenez la sauce au chaud sur feu très doux ou au bain-marie.
11. Présentez le flan dans le plat de cuisson, servez la sauce à part.

Jardin de Cocagne de Limon

4 rue des Arpentis, 91430 Vauhallan

<https://jardindelimon.cocagnebio.fr/>

Cet email a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}
Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Se désinscrire](#)

