

La Feuille de Chou n°15

Votre Petit Panier



- ✓ 1kg de pdt
- ✓ 800g de carotte jaune
- ✓ 600g d'épinard
- ✓ 400g de navet jaune
- ✓ 1 botte d'oignon

Votre Grand Panier



- ✓ 1kg de pdt
- ✓ 800g de carotte jaune
- ✓ 800g d'épinard
- ✓ 500g de navet jaune
- ✓ 2 bottes d'oignon
- ✓ 1 botte de cresson

Acras de carottes

500 g de carottes, 2 grosses cuillères à soupe de farine bombées, 2 ou 3 oignons botte, thym, 3 branches de persil, 1 gousse d'ail, piment, sel, poivre, un peu d'eau, huile pour la friture.

Epluchez les légumes et râpez les finement.

Mélangez le tout dans un grand bol avec les aromates très finement ciselées et la farine.

Mélangez bien et ajoutez l'eau peu à peu jusqu'à obtenir un aspect homogène mais pas trop liquide, légèrement mousseux.

Assaisonnez de sel et de poivre et piment si vous le souhaitez.

Faites chauffer l'huile mais pas trop chaude.

A l'aide d'une cuillère déposez des petites quantités de pâte et laissez-les cuire jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées. Les accras vont remonter tous seuls à la surface.

Récupérez-les avec une écumoire et déposez-les sur du papier absorbant.

Tu peux goûter les premiers et rectifier l'assaisonnement à ton goût en cours de route.

Servir chaud, accompagné d'une salade d'épinard crue et une bonne vinaigrette au citron vert et à l'ail.

Crêpes vertes jambon, œuf et fromage

Pour 4 personnes : 100 g d'épinard, 200 ml de lait entier, 5 œufs, 75 g de farine, 100 g d'emmental râpé, 150 g de chiffonnade de jambon, 1 poignée d'épinard, sel et poivre noir du moulin, huile de cuisson.

Lavez et essorez les épinards. Dans un blender, mettez les épinards égouttés, le lait et l'œuf. Salez, poivrez et mixez jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène. Sans arrêter le blender, versez la farine petit à petit par le trou du couvercle.

Dans une poêle chaude préalablement huilée, versez une petite louche de pâte et répartissez.

Après une bonne minute de cuisson, cassez l'œuf, parsemez d'un peu de fromage râpé et de jambon.

Laissez cuire quelques minutes et déposez la crêpe dans une assiette. Préparez les 3 autres crêpes à l'identique.

Servez dès que les crêpes sont prêtes et dégustez avec des pousses d'épinard.

Chers tous

Nous avons organisé ce mardi les élections visant à élire les représentants du personnel de notre association. Il s'agit d'un moment important de la vie démocratique du jardin. Tous les 2 mois s'organisent des réunions où sont évoqués les points marquants de la vie associative comme par exemple les recrutements et départs des jardiniers, le suivi des éventuels accidents du travail et les investissements en cours. Les délégués du personnel remontent également les réclamations individuelles et collectives visant à améliorer les conditions de travail et l'organisation générale du site.

L'enjeu des élections était de renouveler le bureau des délégués du personnel en veillant à ce que les salariés permanents et jardiniers soient bien représentés.

Le bureau de vote a été brillamment tenu par Maire Claudinette, Joel et Nathan que nous remercions pour leur sérieux. Plus de 30 votants ont participé et ont élu à la fois des salariés permanents et jardiniers pour les représenter. Olivier et Marie Claire ont été élus en tant que délégués titulaires, Christine en tant que déléguée suppléante et Olivia en tant que référente de proximité. Bravo à eux tous !

Nous réservons pour la feuille de chou de la semaine prochaine une photo avec l'ensemble de nos élus.



De la part de Marc et de toute l'équipe,



Cofinancé par le
Fonds social européen
dans le cadre de la
réponse de l'Union à
la pandémie
de COVID-19