



LE JARDIN DE COCAGNE DE LIMON

Chers tous,

Nous avons le plaisir de vous adresser notre feuille de chou de la semaine du 6 au 11 avril.

Bonne lecture !

LE RITUEL DE LA REUNION PLEINIÈRE AU JARDIN



Chaque trimestre, nous organisons une réunion trimestrielle avec l'ensemble des salariés de l'association. C'est un rituel important qui vise à revenir sur les activités du premier trimestre de l'année et à aborder les projets d'avenir.

L'occasion était idéale pour saluer le départ de Zahra qui entre en formation d'accompagnement éducatif et social. Il s'agira pour Zahra d'avancer sur son projet professionnel qui vise à accompagner les personnes malades à domicile. Les applaudissements du groupe ont réchauffé les cœurs. Les uns et les autres sont revenus sur leurs stages réalisés en entreprises pour partager avec le groupe l'intérêt de sortir des murs du jardin pour tester un nouveau métier. Jean-Marie a ainsi fait part de son stage réalisé à la Vie Claire dans la vente et Chloé a partagé sur son retour d'expérience en tant qu'agent d'accueil au Centre Social de Massy. Nous avons remercié les stagiaires qui nous ont soutenu en ce début d'année et présenté l'arrivée de Chloé, jeune étudiante d'AgroParisTech, qui débute cette semaine son stage ouvrier de 5 semaines au jardin.

Un temps a été consacré à la présentation du futur poulailler et nous avons senti l'enthousiasme d'ensemble pour cette nouvelle aventure. Les encadrants ont tenu à remercier l'ensemble des jardiniers maraichers pour leur engagement et ont souligné que le travail allait se densifier avec l'arrivée du printemps.

Enfin, nous avons évoqué la situation économique de l'association fragilisée par la baisse des subventions publiques et ses conséquences. Face à cette période d'incertitude, nous avons tenu à partager notre joie

LA COMPOSITION DE VOS PANIERS

Semaine 15 : 6 au 11 Avril 2026



Petit Panier BIO

- Pomme de terre chérie (1kg)
- Betterave rouge* (500g)
- Oignons jaune (500g)
- Salade Pain de sucre (600g)
- 1 botte de navet nouveau



Grand Panier BIO

- Pomme de terre chérie (1kg)
- Betterave rouge* (500g)
- Poireau (1.5 kg)
- Oignons jaune (800g)
- Salade Pain de sucre (1 kg)
- 1 botte de navet nouveau

Nous sommes ravis de partager avec vous nos magnifiques navets primeurs. Cultivés sous serre, les navets primeurs sont présentés en botte pour mieux souligner leur fraîcheur. Bonne dégustation !

* les betteraves rouges ont été achetées à un producteur bio francilien pour enrichir votre panier

LA RECETTE DE LA SEMAINE

GRATIN DE NAVETS BOTTE



Ingrédients pour 2 personnes :

1 botte de navets nouveaux (6 navets, avec les fanes), 20 grammes de beurre ou d'huile d'olive, 20 grammes de farine de blé, 15 cl de lait de soja, 40 grammes de pain grillé mixé (ou chapelure), 20 grammes de comté ou de pecorino romano.

Mode préparatoire :

1. Laver les navets et les fanes. Emincer les fanes et couper les navets en rondelles pas trop fines. Cuire à l'étouffée avec un tout petit peu d'eau pendant 15 mn environ.
2. Egoutter et placer dans un plat à gratin.
3. Chauffer le beurre ou l'huile dans la casserole. Ajouter la farine d'un seul coup et bien remuer. Ajouter le lait petit à petit tout en remuant bien. La sauce doit être plutôt épaisse. Saler.
4. Verser sur les navets. Mélanger le pain ou la chapelure et le fromage râpé. Parsemer sur le gratin. Enfourner pour 15 mn à 180 °C et servir bien chaud.

GRATIN CHICOREE PAIN DE SUCRE



Ingrédients pour 2 personnes :

1 pain de sucre, 2 oignons, 80g de parmesan, 125g de jambon cuit ou cru, 40cl de crème fraîche, une cuillère à soupe de farine, une cuillère à soupe de moutarde, sel, huile d'olive.

Mode préparatoire :

1. Couper finement les oignons, les faire revenir légèrement dans un peu d'huile d'olive. Laver le pain de sucre, le couper en lanière et l'ajouter aux oignons revenus. Faire cuire à feu doux en salant jusqu'à évaporation de l'eau.
2. Mélanger la farine, la moutarde et la crème.
3. Couper le jambon en lanières.
4. Dans un plat à gratin, mettre la moitié de la pain de sucre cuite, saupoudrer de parmesan, mettre la moitié de la crème, ajouter une couche avec la moitié du jambon. Recommencer d'alterner les couches avec le reste des ingrédients. Bien tasser la préparation avec une fourchette pour que la crème recouvre le tout. Saupoudrer de parmesan.
5. Mettre au four à 190°C pendant 30 mn.

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](#)

