



LE JARDIN DE COCAGNE DE LIMON

Chers tous,

Nous avons le plaisir de vous adresser notre feuille de chou de la semaine du 9 au 14 Juin avec un point sur l'actualité du jardin.

Bonne lecture !

LA COMPOSITION DE VOS PANIERS Semaine 24 : 9 au 14 Juin



Petit Panier BIO

- Courgette verte (800g)
- Carotte nouvelle (400g)
- Pomme de terre azilis (1 kg)
- Fenouil (1kg avec fane)
- 1 salade laitue rouge
- 1 bouquet d'herbe aromatique offert



Grand Panier BIO

- Courgette verte (1kg)
- Carotte nouvelle (400g)
- Pomme de terre azilis (1 kg)
- Fenouil (1kg avec fane)
- Brocoli (1 kg)
- 2 salades laitue rouge
- 1 bouquet d'herbe aromatique offert

Nous vous proposons un beau panier de saison avec les légumes primeurs du jardin dont les carottes primeurs tout juste récoltées depuis les serres. Nous en profitons aussi pour partager nos richesses avec vous en vous offrant un bouquet d'herbe aromatique.

A la boutique cette semaine, nous mettrons en avant pour la première fois la **rhubarbe du jardin** ! La rhubarbe a été plantée en début de saison grâce à vos dons de fin d'année. Merci à vous tous !

LA RECETTE DE LA SEMAINE



RAVIOLES DE COURGETTES

Ingrédients pour 2 personnes :

2 courgettes, 1 pot de ricotta, 80 g de truite fumée, 1 gousse d'ail, de l'huile d'olive, sel et poivre du moulin, le jus de citron et du Parmesan râpé.

Mode préparatoire :

1. Lavez et séchez les courgettes. Ne les pelez pas. Prélevez, à l'aide d'un économe ou d'une mandoline, environ 16 grandes et larges lamelles. Détaillez le reste des courgettes en julienne fine. Pelez l'ail, ôtez le germe et émincez finement.
2. Faites chauffer un peu d'huile dans une poêle et jetez-y l'ail avec la julienne de courgettes. Laissez cuire doucement jusqu'à légère coloration. La courgette doit être fondante. Transférez dans un blender avec 2 càs de ricotta et un petit filet d'eau (ajustez si besoin). Mixez pour obtenir une sauce onctueuse. Goûtez et assaisonnez si besoin.
3. Mélangez dans un bol le reste de ricotta, le jus d'un demi-citron et la truite préalablement détaillée en petits dés (conservez quelques morceaux pour la décoration). Assaisonnez avec un peu de poivre (le sel est apporté par le poisson fumé). Disposez 2+2 lamelles de courgettes en croix. Déposez au centre une belle cuillère à soupe de farce et fermez la raviole.
4. Faites dorer les ravioli sur chaque face dans une poêle avec un peu d'huile d'olive. Retournez délicatement. Versez la crème de courgette dans le fond d'une assiette légèrement creuse. Déposez les ravioli par-dessus et décorez avec une tranche de citron, quelques morceaux de truite fumée, un peu de parmesan râpé et un tour de moulin à poivre.



SPAGHETTI AUX FANES DE FENOUIL

Ingrédients pour 4 personnes :

1. **Pour la sauce** : 6 tiges de fenouil d'environ 50cm, sans les bulbes, 150 g de lardons ou 1 tranche de petit-salé, 1 carotte, 1 oignon pas trop gros, 8 anchois, 8 cuillères à soupe de double concentré de tomate et 40 cl d'eau
2. **Pour les pâtes** : 500 g de spaghetti moyens, 100 g de Parmesan à râper pour accompagner les pâtes

Mode préparatoire :

1. Trier les tiges tendres du fenouil, écartez les grosses tiges et ne gardez que les plus fines.
Rincez les feuilles de fenouil ainsi récupérées.
 2. Faites blanchir les tiges de fenouil pendant 2 minutes dans l'eau bouillante.
Egouttez-les et réservez.
 3. Rincez la carotte et brossez-la. Coupez-la ensuite en petits dés.
Faites revenir les dés de carottes avec les lardons pendant 5 minutes, dans une cocotte en fonte.
 4. Pendant ce temps, pelez et émincez finement l'oignon.
Hachez le fenouil refroidi ainsi que les anchois. Gardez l'huile des anchois pour l'ajouter à la sauce !
 5. Ajoutez le fenouil et l'oignon dans la cocotte, et faites revenir à couvert pendant **5 min**.
Ensuite, faire un trou au centre de cette préparation et y mettre à fondre les anchois à l'huile.
 6. Préparez le coulis de tomate en délayant le double-concentré dans de l'eau bouillante.
Ajoutez dans la cocotte et recouvrez d'eau bouillante sans excès.
Salez et poivrez à votre goût.
 7. Laisser mijoter à couvert pendant 15 minutes.
Retirez le couvercle et laissez cuire encore 15 minutes .
 8. Faites cuire des spaghetti moyens.
Au moment du service, napper les spaghetti avec la sauce, et les saupoudrer de parmesan râpé.
-

LE JARDIN A ACCUEILLI LA MAISON DE L'EMPLOI PARIS SACLAY

Vendredi dernier, nous avons eu le plaisir d'accueillir l'équipe de la Maison de l'Emploi, de l'Insertion et de la Formation Paris Saclay (MEIF). Il s'agit d'un acteur incontournable pour le jardin de Limon dans le cadre de l'accompagnement socio-professionnel des salariés en parcours.

La MEIF coordonne sur le territoire Nord-Ouest de l'Essonne les actions et initiatives ayant pour vocation d'accompagner les **publics** éloignés du marché du travail vers un **emploi durable**.

De façon concrète, la MEIF suit plus de 1000 personnes du territoire confrontées à des problématiques d'emploi et adresse au jardin des candidatures de personnes motivées pour travailler dans le cadre de nos parcours d'insertion. Le jardin de Limon recrute chaque année entre 10 et 20 candidats orientés par la MEIF.

Nous nous appuyons également sur la MEIF pour réaliser des actions sur mesure pour nos salariés comme par exemple des bilans de compétences ou des formations. La MEIF organise également des "Job Dating" qui permettent à nos salariés d'affiner leur recherche d'emploi et de saisir des opportunités d'embauche en CDD ou CDI.

Nous avons été ravis par cette rencontre de renforcer notre partenariat pour le bénéfice de nos salariés en parcours.



AGENDA



Assemblée Générale du jardin

Vendredi 27 juin à 14h30

A la suite de son Assemblée Générale, l'association tiendra une réunion d'information vendredi 27 juin de 15h à 16h30. Le bilan d'activité de l'année 2024 sera présenté ainsi que les projets d'avenir du jardin. Tous les adhérents et partenaires du jardin sont invités à y participer. Pour nous permettre de nous organiser, nous vous remercions de nous confirmer votre présence en répondant au sondage suivant d'ici le 22 juin

[Cliquer ici pour vous inscrire](#)

Journée Portes Ouvertes - Samedi 28 juin

Le jardin de Limon organise une journée portes ouvertes le samedi 28 juin ouvertes à toutes et tous ! Pour que la fête soit belle, nous vous invitons à venir nous retrouver en famille :

De 8h30 à 12h : venez récupérer un plant de fraises au jardin. Nous vous l'offrons !

- La récolte de fraises touche à sa fin dans les serres. Votre mission consistera à nous aider à arracher les plants de fraises. Vous pourrez le récupérer et le replanter chez vous !
- En parallèle, nous organiserons un atelier cuisine pour la préparation du pique-nique !

De 12h à 13h30 : repas partagé avec les salariés du jardin !

- Venez déguster des crêpes BIO avec du miel du jardin ! Nous accueillerons Joaquim qui vient de lancer son activité de food truck "Old Joe's Food"!
- Vous pouvez aussi apporter le plat de votre choix pour le partager avec vous

De 13h30 à 17h : Animations au jardin pour tous !

- Visite Guidée du Jardin de 30 minutes
- Pot de l'amitié
- Exposition des photos de jardiniers
- Photo sur les tracteurs pour les enfants
- Découverte du rucher

N'hésitez pas à en parler autour de vous et à faire découvrir à vos proches votre jardin !

La boutique sera ouverte toute la journée à cette occasion !



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](#)

