



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 29 juin.

Nous vous rappelons l'organisation de notre journée **Portes-Ouvertes** du samedi 28 juin où nous vous attendons nombreux !

Bonne lecture !

LA COMPOSITION DE VOS PANIERS Semaine 26 : 23 au 29 Juin



Petit Panier BIO

- Courgette verte (600g)
- Carotte nouvelle (1 botte)
- Haricots plats (250g)
- Aubergine (800g)
- 1 salade romaine



Grand Panier BIO

- Courgette verte (1 kg)
- Carotte nouvelle en vrac (1 kg)
- Haricots plats (250g)
- Aubergine (1 kg)
- 1 salade romaine
- Concombre (600g)
- 1 bouquet de persil

LA RECETTE DE LA SEMAINE



TARTE FINE AU THON, CHEVRE, COURGETTE

Ingrédients pour 4 personnes :

1 rouleau de pâte feuilletée, 2 cuillères à soupe de moutarde, 20 g de beurre, 1 oignon, 3 courgettes, 1 pincée de piment d'Espelette, 120 g de thon, 125 g de chèvre (bûche ou crottin), 1 bouquet de persil

Mode préparatoire :

1. Préchauffer le four à 200°C (thermostat 6).
2. Émincer l'oignon, et râper grossièrement les courgettes.
3. Faire revenir le tout dans du beurre, faire suer, saler, poivrer, pimenter légèrement.
4. Étaler et piquer la pâte, mettre une fine couche de moutarde puis déposer l'appareil oignon-courgettes.
5. Émincer le thon et le parsemer sur la pâte.
6. Couper le fromage en morceaux et le disposer sur les courgettes.

7. Enfin, laver et ciseler la menthe, ne pas oublier car cela donne un gout unique.
8. Mettre une fine couche de gruyère râpé puis un filet de crème fraiche liquide.
9. Saler poivrer, pimenter.
10. Enfournier 25 min environ.



BROCHETTE D'AUBERGINE YAKITORI

Ingrédients pour 6 personnes :

1 aubergine ou 300 g, 70 g de sauce soja, 30 g de vinaigre de riz, 30 g d'huile de sésame, 1 gousse d'ail, du gingembre frais, 125 g d'emmental

Mode préparatoire :

1. Lavez et coupez l'aubergine en lamelles fines dans le sens de la longueur à l'aide d'un couteau ou d'une mandoline.
 2. Râpez le gingembre et réduisez l'ail en purée puis versez-les dans un grand plat avec la sauce soja, le vinaigre de riz et l'huile de sésame.
 3. Faites mariner l'aubergine dans la préparation pendant 1h.
 4. Pendant ce temps, coupez l'emmental en larges bâtonnets et piquez-le dans la longueur avec un pique à brochette.
 5. Posez une lamelle d'aubergine bien à plat, placez un morceau d'emmental et roulez pour en faire un rouleau.
 6. Faites cuire dans une poêle chaude et huilée pendant 2 min de chaque côté. Dégustez aussitôt.
-

ILS SONT VENUS NOUS RENCONTRER

En attendant la réunion portes-ouvertes du 28 juin, nous avons reçu ces dernières semaines plusieurs groupes de divers horizons, venus de près ou de loin visiter notre jardin et accueillis par les bénévoles de l'association.

La Ronde des farfadets de Montlhéry, scouts en herbe de 6 à 8 ans, venus le week-end de Pentecôte à l'Abbaye de Limon, sont venus découvrir les serres, les fraises et s'approvisionner en légumes du jardin, qu'ils ont ensuite cuisinés pendant leur camp.

Une randonnée « Laudato Si » organisée par le secteur pastoral de Palaiseau, sur le thème « L'eau, c'est la vie » a fait le tour de Vauhalla le dimanche 15 juin, du jardin de Cocagne aux rigoles de Thomas Gobert, en passant par la source et le Ru de Vauhalla, « renaturé » avec ses méandres.

Dans la suite des rencontres VivAgriLab, organisées par Terre & Cité, nous avons reçu le 17 juin un groupe de chercheurs et doctorants de l'INRAE, venus de Paris-Saclay, mais aussi de Rennes et d'Avignon, faire un rendez-vous terrain, occasion d'échanges sur la recherche publique et la réalité d'une exploitation maraîchère bio.



Visite de l'INRAE



Randonnée "Landato Si"

AGENDA

Assemblée Générale du jardin

Vendredi 27 juin à 15h

L'assemblée générale de l'association se tient le 27 juin 2025.

Vous trouverez en cliquant [ici](#) un résumé des comptes de l'association qui doivent être approuvés lors de cette assemblée générale. Nous vous rappelons que deux nouveaux associés ont été admis au collège A en 2024, en tant que représentants des adhérents-consommateurs, en vertu des statuts. D'ici l'assemblée, vous pouvez les contacter au sujet de ces comptes :

- Jean-Paul Bonnet – 06 84 10 74 03 – j2bonnet@gmail.com
- Béatrice Guillon – 06 09 82 88 89- beatrice.guillon1@gmail.com

La réunion d'information ouverte à tous nos adhérents et partenaires se tiendra le même jour à partir de 15h.

[Cliquer ici pour vous inscrire](#)



Journée Portes Ouvertes - Samedi 28 juin

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

De 9h à 12h : nous avons 2000 plants de fraisiers à vous offrir !

- Nous avons 2000 plants de fraisiers de la variété Magnum à vous offrir. Il s'agit des fraises que vous avez pu découvrir dans vos paniers et à la boutique.
- Nous vous invitons à venir les arracher vous-même. Vous pourrez les replanter chez vous et avoir une récolte au printemps prochain.
- Pré-inscription souhaitée : <https://www.helloasso.com/associations/paris-cocagne/evenements/arracher-plants-de-fraises>

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

- Venez déguster des crêpes et des pizzas BIO réalisées avec les légumes et le miel du Jardin !
- 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
- Pot de l'amitié
- Exposition des photos de jardiniers
- Exposition des tracteurs pour les enfants
- Découverte du rucher

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

La boutique sera ouverte de 10h à 17h à cette occasion !

VOTEZ POUR SOUTENIR LE PROJET DE VERGER MARAICHER DU JARDIN DE LIMON !

Le Jardin de Limon a pour projet de planter un verger maraîcher pour vous proposer à terme des pommes/poires dans vos paniers ainsi qu'à la boutique !

Pour financer ce projet important pour la vie de notre association, le Jardin a répondu à un appel à projet de la Région Ile-de-France. Chaque année, la Région lance un budget participatif écologique qui vise à soutenir les associations et/ou collectivités dans leurs initiatives. Seuls les projets ayant rassemblé le plus de votes de franciliens d'ici fin juin sont soutenus.

Nous avons donc besoin de vous et de vos votes ! Vous pouvez voter en cliquant sur le lien suivant : <https://budgetparticipatif.smartidf.services/project/bp7/collect/depot/proposals/un-verger-maraicher-bio>

N'hésitez pas à partager le lien avec vos proche



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](#)

