



LE JARDIN DE COCAGNE DE LIMON

Chers tous,

Nous avons le plaisir de vous adresser notre feuille de chou de la semaine du 7 au 13 Juillet. Nous précisons que vous trouverez dans vos paniers les premières tomates du jardin.

Bonne dégustation à tous !

LA COMPOSITION DE VOS PANIERS

Semaine 28 : 7 au 13 Juillet



Petit Panier BIO

- Courgette mixte (1.5 kg)
- Carotte nouvelle (500g)
- Aubergine (200g)
- Tomates (1 kg)
- 1 salade feuille de chêne



Grand Panier BIO

- Courgette mixte (2 kg)
 - Carotte nouvelle (1 kg)
 - Aubergine (400g)
 - Tomates (1 kg)
 - 1 Concombre
 - 1 salade feuille de chêne
 - 1 bouquet de marjolaine
-

LA RECETTE DE LA SEMAINE



SALADE FEUILLE DE CHENE AUX TOMATES, COURGETTES ET MORTADELLE

Ingrédients pour 4 personnes :

1 salade feuille de chêne, 2 courgettes, 2 tomates, 150 g de mortadelle, du persil haché, une sauce vinaigrette au miel ou autre.

Mode préparatoire :

1. Laver, essorer la salade, séparer les feuilles par couleurs et disposez-les dans un plat de service.
2. Laver et râper les courgettes. Poser les courgettes râper sur les feuilles de chêne.
3. Plier en éventail les tranches de mortadelle.
4. Les poser sur la courgette râpée.
5. Laver et couper les tomates en petits dés, les poser sur la tranches de mortadelle. Parsemez de persil haché.



AUBERGINE GRATINEE LEGERE

Ingrédients pour 2 personnes :

2 aubergines, 100 g de gruyère allégée, 2 tomates, 2 cuillères à café d'huile d'olive
sel, poivre.

Mode préparatoire :

1. Nettoyez les aubergines puis à l'aide d'un couteau, faites des incisions profondes en veillant à ne pas aller jusqu'au bout et de ne pas la couper.
2. Badigeonnez les aubergines d'huile d'olive préalablement mélangez avec le sel et le poivre. Coupez les tomates en rondelles et le fromage en tranches fines.
3. Placez dans les interstices une tranche de fromage et une rondelle de tomate saupoudrez, le sel et poivre.
4. Déposez les aubergines dans un plat préalablement couvert de papier sulfurisé.
5. Enfourez à 180°C pendant 10 à 15 minutes.
6. Décorez de basilic

LE POT DE DEPART DE NOTRE CONTACT DE
L'AGENCE FRANCE TRAVAIL DE PALAISEAU !

Nous avons été conviés vendredi dernier au pot de départ de Ghislaine DUCROC, notre contact au sein de l'agence France Travail de Palaiseau depuis la création du jardin en 2012 !

Il s'agit d'une bonne occasion pour rappeler que la qualité de l'accompagnement socio - professionnel au jardin tient pour beaucoup à l'ancrage territorial de l'association. S'entourer de partenaires de confiance revêt une importance de première ordre. Le jardin de Limon a depuis son lancement bénéficié d'un support sans faille de l'agence France Travail de Palaiseau grâce au rôle incontournable de Ghislaine en tant que responsable de l'insertion.

Ghislaine nous a accompagné ces 10 dernières années en nous adressant des candidatures pour nos postes de salariés en insertion à pourvoir, en nous proposant des ateliers de formation et nous partageant des opportunités d'embauche sur le territoire. Elle a mis en avant notre travail auprès des partenaires publics de l'Essonne. Pour tout cela, nous souhaitons lui adresser notre sincère gratitude !



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](#)

