



# LE JARDIN DE COCAGNE DE LIMON

**Chers tous,**

Après 2 semaines de fermeture, le jardin a rouvert ses portes ce lundi dans la joie des retrouvailles et des vœux partagés pour la nouvelle année!

C'est tout naturellement que nous vous souhaitons tout le meilleur pour l'année 2025 et que nous vous remercions pour votre engagement et votre participation à l'aventure du jardin.

Dans votre feuille de chou, vous trouverez de précieux renseignements sur la composition des paniers pour la semaine du 8 au 10 Janvier. Nous vous rappelons aussi l'organisation de notre premier chantier participatif de l'année le samedi 18 Janvier!



---

LA COMPOSITION DE VOS PANIERS  
Semaine 2 : 8 au 10 JANVIER



## Petit Panier BIO

- Pomme de terre Mayflower (800 g)
- Carotte orange (1 Kg)
- Cèleri-rave (500g)
- Radis noir (500g)
- Salade chicorée (300g)



## Grand Panier BIO

- Pomme de terre Mayflower (800 g)
- Carotte orange (1 Kg)
- Courge (600g)
- Cèleri-rave (800g)
- Radis noir (800g)
- Oignon jaune (500g)
- Salade chicorée (450g)

---

## LES RECETTES DE LA SEMAINE



**POÊLÉE DE POMMES DE TERRE ET CAROTTES**

### **Ingrédients (pour 4 personnes) :**

4 carottes, 2 pommes de terre, 1 cuillère à soupe d'huile de tournesol, 1/2 bouquet de persil, sel, poivre, 70 g de lardons nature ou fumée.

### **Mode préparatoire :**

1. Épluchez les carottes et les pommes de terre et coupez le tout en petits bâtonnets.
2. Versez l'huile de tournesol dans une poêle et faites chauffer.
3. Ajoutez les carottes et 5 cl d'eau. Faites cuire pendant 5 min.
4. Ajoutez les bâtonnets de pommes de terre et 5 cl d'eau. Parsemez de persil ciselé. Salez et poivrez généreusement. Faites cuire le tout pendant 10 min.
5. Pendant ce temps, Faites revenir les 70 g de lardons naturels ou fumés. Ajoutez à la poêlée, 5 min avant la fin de la cuisson. Vérifiez que les légumes sont bien tendres. Si nécessaire, poursuivez la cuisson pendant 5 min. Servez cette poêlée bien chaude.



## **SOUFFLE AU CELERI RAVE**

### **Ingrédients (pour 4 personnes) :**

1/2 céleri-rave, 3 oeufs, 50 g de beurre, 2 cuillères à soupe de farine, 25 cl de lait, 30 cl de crème de soja (ou de crème liquide), sel, poivre, 1/2 cuillère à café de muscade râpée

### **Mode préparatoire:**

1. Éplucher le céleri-rave, le couper en morceaux et le faire cuire 15 minutes à la vapeur. Le passer au presse-purée.
2. Faire une béchamel : Faire fondre le beurre dans une casserole et y ajouter la farine. Laisser cuire une minute en remuant puis verser le lait petit à petit jusqu'à obtention d'une sauce assez consistante. Laisser refroidir.
3. Séparer les jaunes d'œufs des blancs. Ajouter à la béchamel, les jaunes d'œufs, la purée de céleri, la crème, le sel, le poivre et la noix muscade.
4. Monter les blancs en neige et les intégrer délicatement à la préparation précédente. Beurrer un moule à soufflé et y verser le mélange. Enfourner et faire cuire 30 minutes à 200°

Cliquez ici pour retrouver les recettes du Jardin

## A NOTER DANS VOS AGENDAS



### Samedi 18 janvier 2025, Atelier Plantation de Haies

Nous avons besoin de vous pour planter plus de 300 mètres de longueur de haies sur le jardin samedi 18 janvier 2025 de 9h à 16h !

Le sujet est d'importance. Pour améliorer la résilience du jardin face au dérèglement climatique, nous avons pour projet de planter sur plusieurs années plus de 1000 mètres de haies. Associer des haies et des cultures maraichères à de nombreux bénéfiques car les services rendus par les arbres/arbustes sont multiples : assurer une protection contre le vent, améliorer les conditions de travail grâce à la création d'un microclimat et à l'embellissement général du site, favoriser la présence d'auxiliaires pour les cultures, et diversifier la production.

Nous avons déjà planté une haie de 300 mètres l'année dernière et nous avons besoin de vous pour poursuivre ce cheminement.

Nous commencerons le 18 janvier par un café d'accueil à 8h30 puis débuterons l'atelier à 9h. Après un pique-nique partagé où chacun apportera le plat de son choix, nous poursuivrons la plantation jusqu'à 16h.

Cliquez ici pour vous inscrire

Jardin de Cocagne de Limon

4 rue des Arpentis, 91430 Vauhallaan

<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](#)

