



LE JARDIN DE COCAGNE DE LIMON

Chers tous,

Nous avons le plaisir de vous adresser notre feuille de chou de la semaine du 11 au 16 Aout. Nous vous rappelons que la boutique sera exceptionnellement fermée vendredi 15 Aout et Samedi 16 Aout.

Bonne dégustation à tous !

LA COMPOSITION DE VOS PANIERS

Semaine 33 : 11 au 16 Aout



Petit Panier BIO

- Courgette mixte (2 kg)
- Tomate mixte (500g)
- 1 Concombre
- 2 Aubergines
- Poivron (1 Kg)
- 1 salade sucrine + **1 salade offerte**



Grand Panier BIO

- Courgette mixte (2 kg)
- Tomate mixte (500g)
- 2 Concombres
- 4 Aubergines
- Poivron (2 Kg)
- 1 salade sucrine + **1 salade offerte**

Dans vos paniers cette semaine, nous sommes ravis de vous offrir une salade en plus de nos légumes d'été

LA RECETTE DE LA SEMAINE



CHUTNEY DE POIVRON

Ingédients pour 4 personnes : 5 gousses d'ail, 200 g de poivron, 150 g de tomate, 50 g d'oignon, 1 piment jalapeño, 1 c à s d'huile d'olive, 50 ml de vinaigre de pomme, 125 g de sucre, piment de Cayenne, poivre noir, sel, cumin, flocons de piment et 1 c à s de pectine.

Mode préparatoire :

1. Pelez les poivrons et débarrassez-les de leurs pépins et de leurs parties blanches. Coupez les tomates, le piment jalapeño, les gousses d'ail et l'oignon en petits morceaux.
2. Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle et faites-y revenir tous les légumes à feu modéré.
3. Ajoutez le vinaigre de pomme et le sucre. Relevez de poivre de Cayenne, poivre noir, sel, cumin en poudre et flocons de piment. Ajoutez pour finir 1 c à c de pectine et laissez cuire le tout à feu doux jusqu'à la consistance souhaitée.
4. Laissez le chutney refroidir avant de le déguster.

5. Le chutney est un condiment relevé qui provient de la cuisine indienne et pakistanaise. Délicieux avec du fromage, de la viande et des pommes de terre au four.



LEGUMES ROTIS A LA TOMATE ET AUX POIS CHICHES

Ingrédients pour 4 personnes :

265 g pois chiches soit une boîte, 500 g courgette, 500 g aubergine, 2 c. à soupe huile d'olive, 300 g sauce tomate, 1 gousse ail, 1/2 oignon jaune, poivre, 200 g semoule ou plus selon les appétits

Mode préparatoire :

1. Rincez les légumes, sans retirer la peau, et détaillez en morceaux de 1 cm d'épaisseur environ, sans faire de grosses rondelles.
2. Dans un plat allant au four, disposez les légumes crus et badigeonnez de l'huile d'olive à l'aide de vos mains. Le mieux est que les légumes ne se superposent pas sur une trop grosse épaisseur car ils ont tendance à moins bien cuire.
3. Enfournez à 200°C pendant 30 à 40 minutes.
4. Quand la cuisson touche à sa fin, Ciselez l'oignon finement, et pressez la gousse d'ail. Dans un peu d'huile d'olive à la poêle, faites revenir sans colorer, en remuant régulièrement, jusqu'à ce que le mélange devienne translucide.
5. Une fois les légumes cuits, les ajouter à l'oignon et l'ail, puis ajoutez la sauce tomate et les pois chiches, et laissez mijoter une dizaine de minutes sur feu doux. Si vous le souhaitez, vous pouvez ajouter du paprika fumé pour apporter une saveur boisée.
6. Pendant ce temps, faites gonfler votre semoule dans un saladier ou une grande assiette creuse.
7. Servez chaud, avec quelques feuilles d'herbes fraîches (coriandre, basilic, marjolaine ...).

L'ACTUALITE DU JARDIN DE LIMON



Une erreur du montant prélevé en Août qui sera régularisée en Septembre

Début août, nous avons réalisé les prélèvements liés à vos abonnements de paniers, pains et œufs.

Normalement, nous prélevons le montant relatif à votre consommation réelle de paniers, pains et œufs du mois écoulé. Il s'agit du montant figurant sur vos factures mensuelles. Toutefois, en raison d'une erreur d'inattention, nous avons prélevé début août un montant fixe de vos abonnements qui ne prend pas en compte votre consommation réelle du mois de Juillet. Par exemple, si vous avez un abonnement petit panier et que vous n'avez pris que 2 paniers sur le mois de Juillet, nous avons prélevé 48€ alors qu'en temps normal, nous aurions prélevé 24€. Nous vous prions de nous excuser pour cette erreur qui se sera régularisée automatiquement au fil de votre consommation sur les prochains mois.

Nous nous tenons à votre disposition pour vos demandes de clarification si besoin.



Les jours de fermeture de la boutique cet été

La boutique sera fermée les samedis 2, 9 et 16 août ainsi que le vendredi 15 août



Fermeture du fournil

En raison des congés d'été, les livraisons de pains du fournil de la ferme Vandame seront suspendues à partir du jeudi 7 aout jusqu'au samedi 23 Aout inclus. Nous vous reproposerons du pain à la boutique à partir du jeudi 28 Aout.

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](#)

