



LE JARDIN DE COCAGNE DE LIMON

Chers tous,

Nous avons le plaisir de vous adresser notre feuille de chou de rentrée de la semaine du 7 au 12 septembre 2026.

Nous vous transmettons aussi un retour sur notre vécu de cet été caniculaire au jardin.

Bonne lecture !

L'ACTUALITE DU JARDIN



Le maraichage à l'épreuve de la canicule

Vous êtes nombreux à vous interroger sur la façon dont l'équipe du jardin a traversé les canicules à répétition qui ont séviées encore et encore tout au long de l'été.

L'actualité de la filière agricole tourne autour des inquiétantes baisses de rendement, des menaces de pénurie et donc du renchérissement des denrées alimentaires.

Nous avons tous souffert de cette situation. Nos horaires de travail ont été ajustés à la baisse pour ne pas exposer les jardiniers à des conditions de travail épouvantables l'après-midi. Les pauses fraîcheur ont été multipliées. Il y a la fatigue de l'équipe d'encadrements qui a dû, de façon incessante, procéder à des arbitrages pour s'adapter à un contexte sans équivalent. A titre d'exemple, sous les serres, les températures excessives combinées à une faible hydrométrie ont entraîné une recrudescence des ravageurs sur les aubergines et les concombres et ont stoppé le développement des tomates. Face à une telle situation, nous avons dû arroser les cultures sous abri 7 jours sur 7 pour tenter de faire baisser la température !

L'engagement de tous, nos efforts de diversification et votre soutien nous offrent une bonne capacité de résilience. Nous avons limité les dégâts sur les légumes de conservation en prenant la décision radicale de sacrifier les carottes dont nous avons arrêté le désherbage. Un tiers de nos choux ont brûlés mais la majorité a tenu. Les pommes de terre, courges, poireaux ont tenu bon avec certes des calibres inférieurs. Pour les légumes frais, salades ou épinards poussent malgré un système d'irrigation à perfectionner. Pour les légumes d'été, les rendements de tomates sont faibles mais compensées par des résultats corrects pour les aubergines, courgettes concombres et poivrons. Enfin, les melons et pastèques sont succulentes !

Cet épisode de canicule nous met au travail pour accélérer l'adaptation de la ferme au dérèglement climatique. La question de l'eau avec l'automatisation de l'arrosage par exemple et la développement de système d'arrosage plus économe en eau comme le goutte à goutte sont à l'étude pour une mise en oeuvre dès le printemps prochain.

Hier, le jardin était présent à la journée Technique dédiée au maraichage en Ile de France pour s'inspirer des bonnes pratiques et alimenter nos réflexions !



Bienvenue aux nouveaux arrivants

6 nouveaux maraichers en parcours ont rejoint l'équipe du jardin depuis début Juillet.

L'équipe étudie avec soin les candidatures spontanées et celles adressées par nos incontournables prescripteurs tels France Travail ou les Maisons de l'Emploi et les Maisons de la Solidarité.

Après un premier entretien réalisé par Marie en charge des ressources humaines de l'association, chaque candidature est validée dans le cadre d'une réunion d'équipe le lundi après-midi. Nous étudions l'envie des candidats de découvrir le maraichage, leur adhésion à l'accompagnement socio professionnel et le bon respect des critères administratifs exigés par nos financeurs.

Après la signature de leur contrat de travail, chacun est accueilli le mercredi matin à 8h et présenter par le responsable du jardin à toute l'équipe.

C'est ainsi que nous avons souhaité tout le meilleur à Mohamed, Frédéric, Julien, Valérie, Hieu et Madeleine !



Le lancement du poulailler

Cet été aux multiples défis a coïncidé avec le lancement de notre atelier de Poules Pondeuses. Nos 250 poules nous régaleront de leurs oeufs Bio et Extra Frais courant octobre et vous seront proposés sous forme d'abonnement ainsi qu'à la boutique.

L'atelier est suivi par 2 référents qui ont été formés en conséquence. Ils sont appuyés par un collègue motivé qui change chaque jour et qui aide à nourrir et abreuver les animaux.

Plus largement, chacun a sa manière salue nos nouveaux compagnons et, nous l'espérons, retrouve un sens de légèreté à les voir gambader dans la parcelle et à se jucher sur les quelques arbres qui leur offrent un magnifique espace de jeu et un ombrage de choix par temps de canicule.

LA COMPOSITION DE VOS PANIERS DE LA SEMAINE (S37)



Petit Panier BIO

- Tomate (400g)
- Courgette (1.5 kg)
- Poivron (300g)
- Aubergine (500g)
- 1 Concombre
- 1 pastèque ou melon
- 1 salade laitue



Grand Panier BIO

- Tomate (800g)
- Courgette (2 kg)
- Poivron (600g)
- Aubergine (500g)
- 1 concombre
- 1 pastèque ou melon
- 1 salade laitue
- 1 botte de basilic

Cette semaine, nous vous proposons à nouveau dans vos paniers un melon jaune du jardin dont nous sommes très fiers !

LA RECETTE DE LA SEMAINE

CAVIAR D'AUBERGINES FUME



Ingrédients pour 4 personnes :

500 g d'aubergines, 500 g de courgettes coupées en petits dés, 1 oignon haché, 2 gousses d'ail écrasées, 1 morceau de gingembre (2 cm) râpé, 1 cuillère à café de graines de cumin, 1 cuillère à café de curcuma, 1 cuillère à café de garam masala, 1 cuillère à café de piment, 2 cuillère à soupe d'huile, coriandre fraîche pour le service

Mode préparatoire :

1. Piquez les aubergines à la fourchette. Faites-les griller directement sur la flamme ou au four à 220 °C pendant 30 à 40 minutes en les retournant régulièrement. La peau doit être noire et calcinée, et la chair complètement tendre. Laissez tiédir, retirez la peau calcinée et écrasez la chair à la fourchette.
2. Chauffez l'huile dans une grande poêle ou une sauteuse. Ajoutez les graines de cumin et laissez-les crépiter quelques secondes. Ajoutez l'oignon, l'ail et le gingembre, puis faites revenir jusqu'à ce que l'oignon soit bien doré.
3. Incorporez les dés de courgettes, le curcuma, le piment et du sel. Couvrez et laissez cuire à feu moyen pendant 10 à 12 minutes en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que les courgettes soient bien tendres.
4. Ajoutez la chair d'aubergine fumée dans la poêle. Écrasez le tout à la cuillère en bois pour bien amalgamer les légumes en une texture de caviar. Laissez compoter à feu doux sans couvercle pendant 5 à 8 minutes.
5. Saupoudrez de garam masala et de coriandre fraîche hachée hors du feu.

TOMATE, POIVRON, POULET OU TOFU SAUTE A L'INDO-ANTILLAISE

**Ingrédients pour 2 personnes :**

400 g de tomates coupées en dés, 300 g de poivrons émincés en lanières, 300 g de blancs de poulet (ou 250 g de tofu ferme), 2 cuillères à café de poudre à Colombo, 1 morceau de gingembre (2 cm) râpé, 1/2 piment (doux ou antillais, selon votre goût) haché, 1 gousse d'ail hachée, 1 cuillère à soupe d'huile, 1/2 citron vert

Mode préparatoire :

1. Coupez le poulet ou le tofu en cubes de 2 cm. Faites-les sauter dans une poêle avec la moitié de l'huile à feu vif pendant 5 minutes pour les faire dorer. Réservez-les dans une assiette.
2. Dans la même poêle, versez le reste d'huile. Ajoutez les poivrons, l'ail, le gingembre et le piment. Faites revenir 4 minutes à feu vif en remuant.
3. A feu moyen, ajoutez la poudre à Colombo pour en enrober les poivrons, puis ajoutez les tomates. Laissez réduire 8 à 10 minutes pour former une sauce garnie.
4. Mettez le poulet ou le tofu dans la poêle. Mélangez bien et laissez mijoter 3 à 4 minutes.
5. Hors du feu, pressez le jus du demi-citron vert sur le plat.

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](#)

