

La Feuille de Chou n°38

Votre Petit Panier



- ✓ 500g de tomate mixte
- ✓ 1 aubergine
- ✓ 300g de chou-kale
- ✓ 1 chou-rave
- ✓ 1 salade
- ✓ 1 kg pdt Allians
- ✓ 1 botte de radis

Votre Grand Panier



- ✓ 500g de tomate mixte
- ✓ 2 aubergines
- ✓ 300g de chou-kale
- ✓ 1 chou-rave
- ✓ 1 salade
- ✓ 1 kg500 de courgette
- ✓ 450g de poivrons mixtes
- ✓ 2 concombres

Rémoulade de chou-rave

Pour 2 personnes : 1 chou-rave, 2 gousses d'ail, 1 càs de mayonnaise, 2 càc de moutarde de Dijon, 3 càs d'huile d'olive, 3 càs de jus de citron, sel, poivre et piment d'Espelette.

Préparer la vinaigrette dans un saladier, presser l'ail, ajouter la mayonnaise, la moutarde, l'huile d'olive le jus de citron sel, poivre et piment d'Espelette. Peler le chou-rave, puis le trancher finement avec une mandoline, ou le râper à l'aide d'une râpe à larges entailles et ajouter dans la vinaigrette. Bien mélanger. Vérifier l'assaisonnement et servir.

Pizza au chou-kale

Pour 4 personnes : du chou-kale, 2 tomates, 1 coulis de tomate, 1 oignon, 1 avocat, huile d'olive, sel, poivre et 1 pâte à pizza. Préchauffer le four à 180°C.

Epluchez puis émincez l'oignon avant de le faire revenir dans une poêle avec un filet d'huile d'olive. Découper la tomate en rondelle.

Déposez la pâte à pizza sur une plaque allant au four recouvert de papier sulfurisé.

Étalez le coulis de tomate sur la pâte à pizza et répartir les oignons cuits, ainsi que des rondelles de tomate.

Enlevez les grosses rainures des feuilles de chou-kale, les laver et les couper en morceaux.

Répartir les feuilles de chou-kale sur la pizza et j'ajoute un filet d'huile d'olive.

Coupez en deux l'avocat, retirez la peau et le noyau et le couper en lamelles et déposer les sur la pizza.

Salez, poivrer et enfourner 20 minutes environ.

Chers tous,

Vendredi dernier s'est tenue la réunion plénière trimestrielle du jardin rassemblant autour d'un café jardiniers et salariés permanents. Ce moment est toujours le bienvenu pour faire un point sur les derniers mois et échangés autour des projets et perspectives futures. C'est aussi un moment pour prendre de nouvelles résolutions. Aussi avons-nous décidé de commencer chaque matinée de travail par une séance d'étirement animée par Julie ou Olivier. Les vertus sont multiples : prendre soin de soi, être à l'écoute de son corps et de ses fragilités et vivre un moment de partage tous ensemble !

Dimanche dernier, nous avons accueilli dans le jardin la deuxième édition des Echappées Vertes, organisées par l'Etablissement Public Paris Saclay. Les 600 participants à l'escape game se sont succédés dans notre grande halle. Les randonneurs à pied ou à vélo y faisaient une étape jeux anciens et gâteaux, découvrant le lieu pour un grand nombre et promettant de revenir bientôt découvrir nos légumes bios.

De la part de toute l'équipe,

