

La Feuille de Chou n°41

Votre Petit Panier



- ✓ 500g de blette Barèse
- ✓ 500g d'aubergine mixte
- ✓ 200g de poivron mixte
- ✓ 500g d'oignon rose
- ✓ 200g de jeunes feuilles d'épinard
- ✓ 1 salade sucrine
- ✓ 1kg de pomme de terre Désirée

Votre Grand Panier



- ✓ 500g de blette Barèse
- ✓ 750g d'aubergine mixte
- ✓ 200g de poivron mixte
- ✓ 500g d'oignon rose
- ✓ 200g de jeunes feuilles d'épinard
- ✓ 2 salades sucrines
- ✓ 1kg500 de courgette
- ✓ 500g de concombre mixte

Blettes poivrons sautés et spaghettis

Ingrédients pour 2 personnes : blettes, poivron, 2 gousses d'ail, 1 morceau de gingembre, 250 g de spaghetti, 2 càs de sauce soja.

Hacher les blettes, émincer le poivron et écraser 2 gousses d'ail et 1 petit bout de gingembre frais. Cuire les spaghettis selon les indications sur le paquet.

Dans un wok, faire revenir l'ail et le gingembre dans un filet d'huile, ajouter les légumes et faire sauter le tout 5 mn. Ajouter ensuite 2 càs de sauce soja ainsi que les spaghettis.

Feuilles de blettes farcies aux aubergines

Ingrédients pour 2 personnes : 250 g d'aubergine, 250 g de blette, 1 oignon jaune, 3 càs de concentré de tomate, 2 càs d'huile, 4 brins de persil, 1 branche de thym, 1 gousse d'ail, 1 feuille de laurier, sel, poivre et piment d'Espelette.

Faire revenir et cuire 20 min à découvert, dans deux poêles, des aubergines épluchées coupées en petits dés et 20 min des côtes de blettes coupées menu avec un peu d'huile et de l'eau. Faire un coulis de tomates avec l'oignon émincé revenu dans de l'huile, l'ail, le concentré de tomate, thym, laurier, persil, sel, poivre et de l'eau. Puis le passer à la moulinette.

Préchauffer le four à 200°C. Faire blanchir les feuilles de blettes et les farcir des aubergines et des blettes mélangées. Fermer en paquets et mettre au four 1/4 d'heure à 200°C.

Napper du coulis pour servir avec un peu de piment d'Espelette.

Chers adhérents,

Le jardin de Limon a tissé un partenariat solide avec l'agence Pole Emploi de Palaiseau depuis sa création et une telle relation de confiance est déterminante pour proposer à nos salariés en parcours un accompagnement personnalisé de qualité.

En premier lieu, l'agence Pole Emploi de Palaiseau représente le prescripteur le plus important de notre association. Sur une base trimestrielle, le jardin présente ses offres d'emploi à l'agence de Palaiseau face à des candidats présélectionnés et invités par Pole Emploi. Après une présentation générale de l'association, Marie en charge du recrutement au jardin, reçoit chaque candidat en entretien individuel puis convoque les candidats retenus à un second entretien qui se tient au Jardin. Plus de 40% de nos recrutements sont réalisés chaque année avec le soutien de Pole Emploi.

D'autre part, l'agence Pole Emploi de Palaiseau propose des formations ou des offres d'emploi qui sont relayées auprès de nos salariés en parcours et qui peuvent donner lieu à une sortie de nos salariés vers un emploi durable.

Nous sommes ravis cette année d'accueillir au jardin l'ensemble des conseillers de l'agence Pole Emploi de Palaiseau dans le cadre de 2 demi-journées organisées mercredi dernier et à nouveau ce jeudi. Il s'agit d'un moment propice pour approfondir notre partenariat autour d'un café et d'une visite du jardin.

NB : Certains d'entre vous nous ont questionné sur les choux brocoli proposés dans vos paniers la semaine dernière. En effet, certains brocolis ont jauni en raison des températures inhabituelles en cette saison ! Nous nous sommes permis de les mettre dans vos paniers car ils sont tout à fait comestibles et peuvent être blanchis si besoin au moment de la cuisson.

De la part de Marc et de toute l'équipe du jardin,



Financé par le
Fonds social européen
dans le cadre de la
réponse de l'Union à
la pandémie
de COVID-19

UNION EUROPEENNE