



LE JARDIN DE COCAGNE DE LIMON

Chers tous,

Nous avons le plaisir de vous adresser notre feuille de chou de la semaine du 3 novembre avec un point sur l'actualité du jardin.

Bonne dégustation à tous !

LA COMPOSITION DE VOS PANIERS Semaine 45 : 3 au 8 novembre

Petit Panier BIO



- Pomme de terre désiré (1 kg)
- Oignon jaune (400g)
- Courge diversité (800g)
- Brocoli (300g)
- Mâche (100g)
- 1 salade scarole
- 1 botte de persil



Grand Panier BIO

- Pomme de terre désiré (1 kg)
- Oignon jaune (1 kg)
- Courge diversité (2 kg)
- 1 chou-fleur
- Mâche (150g)
- 1 salade scarole
- 1 botte de persil

Cette semaine, dans vos paniers, nous vous proposons une courge "diversité" pour vous permettre de découvrir des variétés qui vous sont peut être moins familières. Voici le nom des 7 variétés qui seront réparties dans vos paniers de façon aléatoire : Courge patidou, Sucrine du Berry, Longue de Nice, Spaghetti, Baby Boo, Delicata ou Galeuse d'Eysnes. Bonne dégustation !

LA RECETTE DE LA SEMAINE



SALADE DE SCAROLE

Ingédients pour 2 personnes :

200g lamelles fine de lard, 2 ou 3 oignons, de la vinaigrettes, 3 pommes de terre écrasées, un peu de bouillon chaud.

Mode préparatoire :

1. Faites revenir le lard et les oignons coupées en rondelle.
2. Préparez une vinaigrette et ajoutez des pommes de terre écrasées.
3. Si la vinaigrette est trop compacte, ajoutez un peu de bouillon chaud.
4. Mélangez avec le lard et servez encore chaud.



GALETTES DE POMMES DE TERRE AUX OIGNONS

Ingédients pour 2 personnes : 1 kg de pomme de terre, 2 oignons, 3 oeufs, 3 cuillères à soupe de farine, 1 cuillère à soupe d'huile, $\frac{1}{2}$ bouquet de persil, sel poivre et piment d'Espelette.

Mode préparatoire :

1. Épluchez les pommes de terre et râpez-les dans un saladier. Épluchez les oignons et émincez-les. Placez-les dans un saladier avec les pommes de terre râpées. Ajoutez les œufs, la farine (pour donner un peu de consistance), le persil lavé et ciselé, le sel, le piment d'Espelette et le poivre. Mélangez bien le tout.
2. Formez de petites galettes : à l'aide d'une cuillère à soupe déposez des petits tas de votre préparation et aplatissez-les pour former les galettes avant de les faire cuire. Faites chauffer de l'huile dans une grande poêle puis y déposez les galettes de pommes de terre aux oignons. Faites-les dorer à feu doux pendant environ 8 à 10 min sur chaque face.

3. Retournez les galettes de temps en temps jusqu'à ce qu'elles soient bien colorées des deux côtés. Elles doivent être dorées à l'extérieur mais bien moelleuses à l'intérieur. Recommencez jusqu'à épuisement de la préparation. Déposez les galettes de pommes de terre aux oignons sur une assiette recouverte d'un papier absorbant pour enlever l'excédent d'huile et ajoutez une pincée de sel.
4. Servez les galettes de pommes de terre aux oignons encore chaudes. Vous pouvez servir cette recette de pommes de terre en accompagnement d'une salade bien assaisonnée pour le souper ou encore avec une pièce de viande au déjeuner !

L'ACTUALITE DU JARDIN



Renouvellement des abonnements

Avec la fin d'année qui approche, nous vous rappelons que vos contrats d'abonnement boutique/paniers/pains/oeufs sont renouvelés par tacite reconduction chaque année sauf dénonciation de votre part d'ici le 13 décembre 2025. Pour toute question à ce sujet, n'hésitez pas à contacter directement Christine par email: jardindecocagnedelimon@paris-cocagne.org

Adobe Stock | #45403121



Le départ de Sylvain, Responsable Production du jardin

Sylvain nous a quitté vendredi dernier après plus de 8 ans passés au jardin où il a gagné étape par étape en responsabilité. En 2017, Sylvain rejoignait le jardin pour y suivre une formation en alternance sur la pratique du maraîchage dans un chantier d'insertion. Une fois son diplôme obtenu, Sylvain a été embauché en tant qu'encadrant maraîcher. Il a su gagner la confiance de tous et a gravi, il y a 3 ans, un échelon supplémentaire en devenant le Responsable de la Production de l'association. Ses talents de coordinateur et son sens de l'humour inimitable nous manqueront. Sylvain nous a quitté pour entamer un projet de reconversion dans les métiers de l'électricité. Nous lui souhaitons tout le meilleur.

Etant donné le départ de Sylvain, nous venons d'accueillir ce mercredi Pierre Louis Chavernozi en tant qu'encadrant pour renforcer notre équipe.



La version marine
du panier de légumes,
débarque en magasin !



Frais



Durable



Ethique



Votre casier de fruits de mer avec Poiscaille au jardin

Le jardin de Limon est fier de vous informer de son nouveau partenariat avec **Poiscaille**.

Poiscaille, c'est la version marine de votre panier de légumes. Il s'agit d'un casier de la mer composé de poissons, de coquillages, de crustacés ou d'un mélange de saison. Chaque casier est pêché durablement et est composé de produits ultra frais :

- Pêches 100% françaises
- Préservation des fonds marins avec des techniques de pêches douces (pas de chalut)
- Pêcheurs mieux rémunérés : les pêcheurs sont payés 20% au dessus des prix du reste de la filière
- 72h max entre la mer et votre assiette contre 8 à 10 jours dans la grande distribution.

A partir du vendredi 7 novembre, le jardin de Limon devient un point de dépôt des casiers Poiscaille et vous pourrez récupérer votre casier le vendredi et le samedi pendant les horaires d'ouverture de la boutique (de 15h à 19h le vendredi et de 9h à 12h le samedi)

[Pour en savoir plus, cliquez ici](#)

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](#)

