# LE JARDIN DE COCAGNE DE LIMON

**Chers tous,**

Nous avons le plaisir de vous adresser notre feuille de chou de la semaine du 2 au 7 Novembre 2026.

Bonne lecture !

---

## L'ACTUALITE DU JARDIN




### Visite Jardin de Limon - Samedi 14 novembre

Dans le cadre d'un partenariat avec l'office du tourisme de Paris Saclay, le jardin organise des visites de 2 heures pour permettre aux curieux de découvrir les coulisses de notre site.

Au programme, visite des serres, du hangar et moment de partage convivial autour d'un jus de pomme BIO et de tartinade du jardin.

La prochaine visite se tiendra samedi 14 novembre de 10h à 12h. La visite est gratuite pour nos amis adhérents.

Cliquer ici pour en savoir plus




### Jour férié du 11 novembre - modification des dates de livraison

En raison du jour férié du mercredi 11 novembre, les livraisons normalement organisées le mercredi seront anticipées aux mardis 10 Novembre aux horaires habituels pour les points de dépôt suivants :

- Palaiseau Joncherette
- Centre Social des hautes garennes

- APMV de Massy
- Recyclerie Sportive
- Toussus Le noble
- BUC

# LA COMPOSITION DE VOS PANIERS DE LA SEMAINE (S45)



## Petit Panier BIO

- Pomme de Terre Desire (1 kg)
- Courge Musque (400g)
- Celeri Branche (800g)
- Pak-Choi (400g)
- 1 botte de cresson
- 1 botte de radis
- 1 salade romaine
- Mâche (100g)



## Grand Panier BIO

- Pomme de Terre Desire (1 Kg)
- Courge Musquee (600g)
- Celebri Branche (1 kg)
- Aubergine (800g)
- 1 botte de cresson
- 2 bottes de radis
- 1 salade romaine
- Mâche (150g)

Dans vos paniers de cette semaine, nous vous offrons une grande diversité de légumes frais que nous avons en quantité et de façon précoce étant donné les températures anormalement chaudes de ces dernières semaines.

Nous précisons que la valeur des paniers excède de façon significative le prix contractuel.

# LA RECETTE DE LA SEMAINE

## COURGE ET POMMES DE TERRE ROTIES



Voici plusieurs idées de recettes adaptées à la composition de vos paniers de cette semaine :

**1. Potage cressonnière 🥣 (entrée ou dîner léger)**
• 1 botte de cresson (250 g), 500 g de pommes de terre, 150 g de céleri-branche, 1 oignon, 20 g de beurre, 1 l de bouillon, 100 ml de crème
• Faire suer l'oignon et le céleri dans le beurre, ajouter les pommes de terre et le bouillon, puis laisser frémir 20 min. Ajouter le cresson 3 min avant la fin, mixer et ajouter la crème.

**2. Courge et pommes de terre rôties 🔥 (plat principal)**
• 400 g de courge musquée (la peau se mange), 500 g de pommes de terre, 30 ml d'huile d'olive, 2 gousses d'ail, sel, cumin
• Couper en morceaux de 3 cm et assaisonner. Cuire 35 min au four à 200 °C. Servir avec un œuf mollet ou du chèvre.

**3. Sauté de pak-choi au gingembre 🥢 (petit panier)**
• 400 g de pak-choi, 150 g de céleri-branche, 2 gousses d'ail, 15 g de gingembre, 40 ml de sauce soja, 10 g de miel, 10 ml d'huile de sésame
• Faire sauter à feu vif les tiges et le céleri 4 min, puis ajouter l'ail, le gingembre et les feuilles. Laquer avec la sauce soja et le miel. Servir avec du riz.

**4. Salade mâche, radis et céleri 🥗**
• Mâche, romaine, 1 botte de radis en rondelles, céleri-branche émincé finement, et une vinaigrette moutarde-vinaigre de cidre.

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

Envoyé avec Brevo