LE JARDIN DE COCAGNE DE LIMON

Chers tous,

Nous avons le plaisir de vous adresser notre feuille de chou de la semaine du 9 au 14 Novembre 2026.

Pour rappel, en raison du jour férié du mercredi 11 novembre, les livraisons normalement organisées le mercredi sont anticipées à ce mardi 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

Bonne lecture !

POT DE DEPART DE MOHAMED, ALFA, SANDRINE, MARIE CLAIRE ET VALERIE !

Le jardin a organisé vendredi 6 novembre une réunion plénière rassemblant l'ensemble des salariés de l'association. Il s'agit d'un rituel trimestriel où un bilan est partagé des derniers mois écoulés tout en évoquant les perspectives.

Nous sommes revenus en introduction sur cet été caniculaire qui a fortement déstabilisé le milieu agricole et sur la réalité du milieu associatif qui souffre en ces temps de réduction des subventions publiques. Nous avons partagé avec fierté nos réussites agricoles et les parcours de vie des uns et des autres qui forcent le respect. Si nous avons tenu bon, nous avons souffert aussi. Nous avons tenu à le reconnaitre.

La réunion s'est conclue par une célébration des départs. Après 5 ans parmi nous, Marie Claire nous quitte pour partir à la retraite. Marie Claire a marqué l'histoire du jardin par son rôle de déléguée du personnel et par sa contribution majeure à la boutique où elle a su gagner la confiance de ses pairs. Sa sérénité d'âme même au milieu de l'agitation nous ont tous marqué.

Sandrine a saisi une opportunité d'embauche à l'Atelier de repasserie et de couture à destination des particuliers chez Dynamique embauche, suite à une immersion réalisée en septembre qui a permis de valider son projet professionnel de s'orienter vers les métiers du textile dans la confection et la retoucherie. Sandrine a mis ses talents à l'honneur en réalisant de ses propres mains la masquotte du Jardin, baptisée "LimonOurs" !

Alfa intègre une formation préparant au CAP maintenance des véhicules légers au greta de l'essonne. Sa grande polyvalence et son sérieux au travail nous manqueront.

Valérie nous quitte pour suivre son conjoint muté prochainement en Normandie. Valérie a été d'un formidable soutien ces 4 dernières années en tant que responsable administratif et financier de l'association. Valérie a aidé à améliorer nos procédures de gestion des paies et de facturation. Valérie a joué un rôle éprouvant dans le cadre du suivi des subventions perçues par le Fond Social Européen (FSE). Valérie a traité avec une grande rigueur les paies, l'édition des contrats de travail ainsi que les acomptes !







LA COMPOSITION DE VOS PANIERS DE LA SEMAINE (S46)



Petit Panier BIO

- Carotte orange (500 g)*
- 1 Chou fleur ou brocoli
- 1 Fenouil
- Poivron vert (400g)
- 1 botte d'oignons
- Mâche (200g)
- Physalis (50g)



Grand Panier BIO

- Carotte orange (800g)*
- 1 Chou fleur ou brocoli
- Poivron vert (400g)
- 1 botte d'oignons
- 1 botte de radis
- Mâche (300g)
- 1 salade scarole
- Physalis (50g)

* les carottes ont été achetées auprès de producteurs franciliens . En raison de la saison caniculaire, nous avons fait le choix d'abonner le désherbage des carottes pour nous concentrer sur d'autres cultures à plus fort valeur ajoutée (ex: pastèque, choux, légumes frais)

LA RECETTE DE LA SEMAINE

GRATIN DE CHOU FLEUR ET CAROTTES



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

1. Gratin de chou-fleur et carottes 🧀 (plat principal)
• 1 chou-fleur ou brocoli (500 g), 200 g de carottes, 40 g de beurre, 40 g de farine, 500 ml de lait, 100 g de fromage râpé, sel, poivre, muscade
• Cuire le chou-fleur en bouquets et les carottes en rondelles 8 min dans l'eau bouillante salée. Préparer une béchamel (beurre, farine, puis le lait en fouettant), assaisonner. Disposer les légumes dans un plat, napper de béchamel, parsemer de fromage. Four à 200 °C pendant 25 min, jusqu'à ce que ce soit bien doré.

2. Fenouil et carottes rôtis au miel 🔥 (petit panier)
• 1 fenouil (200 g), 150 g de carottes, 30 ml d'huile d'olive, 10 g de miel, sel, cumin
• Couper le fenouil en quartiers et les carottes en bâtonnets, mélanger avec l'huile, le miel et les épices. Four à 200 °C pendant 30 min.

3. Omelette poivron et oignons nouveaux 🍳
• 6 œufs, 1 poivron vert, 1 botte d'oignons, 30 ml d'huile d'olive, sel, poivre
• Faire fondre le poivron et les oignons en lamelles 10 min à la poêle, puis ajouter les œufs battus. Cuire à feu doux. Une bonne occasion de goûter les œufs de la ferme.

4. Salade mâche, carotte et physalis 🥗
• Mâche, 1 carotte râpée, les physalis (sans leur enveloppe) coupés en deux, des noix, et une vinaigrette moutarde-miel.

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