



# LE JARDIN DE COCAGNE DE LIMON

**Chers tous,**

Nous vous adressons cette semaine votre feuille de chou dans sa nouvelle version numérique!

Il s'agit d'un changement important que nous avons testé auprès d'une dizaine d'amis adhérents et bénévoles. Ce nouveau format vise à vous proposer un plus grand confort de lecture et un contenu enrichi de photos, vidéos et autres liens sur internet. Nous précisons que ce format moins lourd évite de saturer les serveurs de vos boîtes email et a donc une empreinte environnementale moindre.

Nous espérons que ce nouveau format correspondra à vos attentes et nous sommes à l'écoute de vos retours.

---

## LA COMPOSITION DE VOS PANIERS Semaine 47 : 20 au 22 novembre



### Petit Panier BIO

- Pomme de Terre Alouette (800g)
- Carotte orange (600g)
- Chou-chinois (500g)
- Radis blanc/violet (400g)
- Echalote (200g)
- 1 salade



### Grand Panier BIO

- Pomme de Terre Alouette (1 kg)
- Carotte orange (1 kg)
- Chou-chinois (1 kg)
- Radis blanc/violet (850g)
- Echalote (350g)
- 1 salade

Dans vos paniers cette semaine, nous sommes fiers de mettre à l'honneur le chou chinois du jardin. Originnaire comme son nom l'indique de Chine, le chou se déguste cru ou cuit. Il se caractérise par sa fraîcheur, sa très légère amertume et son piquant. Nous vous en proposons une recette simple ci-dessous.

---

## LES RECETTES DE LA SEMAINE



### CHAUSSON DE LEGUMES AU CHOU CHINOIS

#### Ingrédients (pour 20 chaussons) :

250 g de farine T80 ou farine complète, 70 g de petits flocons d'avoine, 130 ml d'eau, 5 càs d'huile végétale, 2 g de sel, 2 càs de curry en poudre, 150 g de chou chinois, 2 carottes, 5 cm de gingembre, 1 càs de cumin, 2 càs de cacahuètes grillées, 1 càs de feuilles de coriandre, 1 càs de graines de moutarde brune, 1 piment rouge, sel et poivre.

#### Mode préparatoire:

Mélanger les ingrédients secs puis ajouter l'huile. Mélanger avec les mains puis ajouter l'eau progressivement jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène (et pas trop collant). Former une boule et laisser reposer pendant 1 heure au réfrigérateur. Sortir la pâte 15 minutes avant de l'étaler.

1. Pour la garniture. Laver et émincer le chou chinois et la coriandre. Laver, peler et râper les deux carottes et le gingembre. Mélanger le chou chinois, les 2 carottes, le gingembre, le cumin, les cacahuètes concassées et la coriandre puis saler.
2. Émincer le piment rouge en retirant les graines puis concasser les graines de moutarde. Faire chauffer 1 cuillère à soupe d'huile dans une poêle et faire revenir le piment et les graines de moutarde pendant 40 secondes. Mélanger au reste de la garniture et réserver.
3. Préchauffer le four à 180°. Étaler la pâte sur 3-4 mm d'épaisseur puis réaliser des disques à l'aide d'un emporte-pièce (entre 8 et 10 cm).
4. Mouiller les extérieurs des cercles avec de l'eau puis garnir de farce au centre du disque. Refermer la pâte pour lui donner une forme de demi-lune et plisser les bords pour que le chausson soit bien

- soudé. Poser les chaussons sur une plaque allant au four, badigeonner les d'huile et saupoudrer de graines de sésame.
5. Enfournier 20 minutes.



## SALADE DE POMME DE TERRE TIEDE

### Ingrédients (pour 4 portions) :

750 g de pommes de terre de taille moyenne, 20 cl de vin blanc sec, 2 càs d'huile, 1 càs de vinaigre, 2 gousses d'échalotes, quelques brins de persil, cerfeuil, ciboulette, estragon, 1/2 oignon, gros sel, poivre.

### Mode préparatoire:

1. Faites cuire les pommes de terre avec leur peau dans une casserole d'eau froide 20 min.
2. Après cuisson, épluchez-les puis coupez-les en rondelles régulières. Disposez-les dans un saladier et versez le vin blanc.
3. Laissez-les s'imprégner en les conservant au tiède. Préparez la vinaigrette (10 cl) avec le poivre, le sel et le vinaigre, puis l'huile.
4. Incorporez la vinaigrette aux pommes de terre encore tièdes et mélangez.
5. Ajoutez les herbes finement hachées, les oignons et les échalotes émincés.

[Cliquez ici pour retrouver les recettes du Jardin](#)

---

L'ACTUALITE DU JARDIN

# Appel aux dons

MERCI



## Le jardin lance sa campagne de don

Vous êtes nombreux à nous encourager à diversifier notre production pour garnir nos paniers de nouvelles denrées.

Après un premier test concluant, nous souhaitons étendre la production de **fraises BIO** au jardin et cultiver chaque année une serre entière de fraises. Une telle surface devrait nous permettre d'en proposer une barquette pour tous nos paniers.

Nous souhaitons aussi nous lancer dans la culture de la **rhubarbe BIO** en plein champ en plantant pour commencer 4 planches de rhubarbes de 120 mètres.

Ce projet, qui s'inscrit dans notre vaste projet en agroforesterie, nécessite d'acheter les plants ainsi que le matériel de culture adapté (ex: bâche en textile pour contenir l'irrigation, système d'arrosage).

Au-delà de ces projets de diversification, notre association termine l'année avec de sérieuses inquiétudes concernant les subventions de fonctionnement qui nous permettent de mener à bien notre mission d'insertion professionnelle. Les perturbations concernant le budget 2025 se répercutent en cascade sur le tissu associatif, avec des réductions annoncées, voire des suppressions de subventions de fonctionnement jusqu'alors régulièrement reconduites par les collectivités territoriales partenaires.

Pour toutes ces raisons, nous sollicitons en cette fin d'année 2024 votre aide précieuse

[Cliquer ici pour réaliser un don](#)



## La réunion plénière avec nos jardiniers

Vendredi dernier s'est tenue au jardin une réunion plénière avec l'ensemble de nos jardiniers. Il s'agit d'un rituel trimestriel où l'actualité du jardin est abordé tant sur la partie agricole que sociale et professionnelle. Nous étions plus de 40 à nous retrouver autour d'un café accompagné de viennoiseries avant de prendre place sur les chaises installées pour l'occasion.

Un moment a été pris pour se rappeler l'aventure inouïe que nous vivons tous ensemble à produire des légumes BIO en plein cœur du plateau de Saclay.

Les deux chargées d'Accompagnement Social et Professionnel du jardin, Yasmine et Marie ont partagé les réussites des uns et des autres en termes de stages, formations et sorties vers l'emploi.

Les encadrants ont souligné les conséquences difficiles des pluies interminables qui s'abattent sur

la ferme et félicité les jardiniers pour leur engagement dans ce contexte inconfortable. Valérie, en tant que responsable administrative et financière, a rappelé la procédure à suivre en cas d'absence

## A NOTER DANS VOS AGENDAS



### Marché de Noël les 12, 13 et 14 décembre

Le jardin de Limon organisera son marché de Noël au jardin à l'occasion des boutiques de jeudi 12 et vendredi 13 décembre. Notre boutique à la ferme sera aussi ouverte exceptionnellement le samedi 14 décembre entre 9h30 et 12h30. Nous proposerons une mise en avant de nos partenaires producteurs et un moment de convivialité autour d'une boisson chaude. Vous pourrez y rencontrer les équipes et faire le plein de cadeaux gourmands pour les fêtes.



### Fermeture du jardin du 21 décembre au 5 janvier

Comme chaque année, le jardin de Limon fermera ses portes à l'occasion des vacances de Noël. Il n'y aura pas de livraison de paniers ni de boutique au jardin du 21 décembre au 5 Janvier. Il n'est pas utile d'annuler vos paniers sur votre compte en ligne. L'annulation se fera de façon automatique et vous ne serez pas facturés bien entendu.



### Samedi 18 janvier 2025, Atelier Plantation de Haies

Nous avons besoin de vous pour planter plus de 300 mètres de longueur de haies sur le jardin Samedi 18 Janvier 2024 de 9h à 16h !

Le sujet est d'importance. Pour améliorer la résilience du jardin face au dérèglement climatique, nous avons pour projet de planter sur plusieurs années plus de 1000 mètres de haies. Associer des haies et des cultures maraichères à de nombreux bénéfices car les services rendus par les arbres/arbustes sont multiples : assurer une protection contre le vent, améliorer les conditions de travail grâce à la création d'un microclimat et à l'embellissement général du site, favoriser la présence d'auxiliaires pour les cultures, et diversifier la production.

Nous avons déjà planté une haie de 300 mètres l'année dernière et nous avons besoin de vous

pour poursuivre ce cheminement.

Nous commencerons le 18 Janvier par un café d'accueil à 8h30 puis débuterons l'atelier à 9h. Après un pique-nique partagé où chacun apportera le plat de son choix, nous poursuivrons la plantation jusqu'à 16h.

[Cliquer ici pour vous inscrire](#)

## 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](#)

