



# LE JARDIN DE COCAGNE DE LIMON

Chers tous,

Nous avons le plaisir de vous adresser notre feuille de chou de la semaine du 24 novembre avec un point sur l'actualité du jardin.

Bonne dégustation à tous !

---

## LA COMPOSITION DE VOS PANIERS

### Semaine 48 : 24 au 29 novembre

#### Petit Panier BIO



- Courge (1.5 kg)
- Fenouil (350g)
- Chou-Kale (300g)
- 1 botte de pourpier (Clayton de Cuba)
- Mâche (150g)
- 1 bouquet d'herbes aromatiques



#### Grand Panier BIO

- Courge (1.5 kg)
- Fenouil (350g)
- Chou-Kale (300g)
- Brocoli (750g)
- 2 bottes de pourpier (clayton-de-cuba)
- Mâche (200g)
- 2 bouquets d'herbes aromatiques

# LA RECETTE DE LA SEMAINE



## TARTINADE DE CHOU-KALE ET SON BOL DE SOUPLE

### Ingédients pour 4 personnes :

pour la tartinade: 4 feuilles de kale, 1 gousse d'ail, 1/2 verre à moutarde d'huile d'olive, 1 cuillère à soupe de sauce soja, 80g de Parmesan, 2 tomates séchées et du bon pain.

pour la soupe: 1 botte de Clayton de Cuba, 1 échalote, 15g d'huile d'olive, 1 pomme de terre, 750 ml d'eau, 1 bouillon cube de volaille, 1 pincée de sel et poivre du moulin.

### Mode préparatoire pour la tartinade :

1. Laver 4 feuilles de kale, les essorer, et les débarrasser de leurs tiges.
2. Écraser l'ail et l'éplucher.
3. Mixer ensemble : le kale, l'ail, 1/2 verre d'huile d'olive, 1 cuillère à soupe de sauce soja, 1/4 de verre d'eau, 80g de parmesan et le 2 tomates séchées.
4. Servir la tartinade dans un joli bol, avec tranches de pain et bol de soupe fumante.

### Mode préparatoire pour la soupe :

1. Lavez et équeutez la Clayton de Cuba
2. Eplucher et hachée l'échalote.
3. Epluchez et couper la pomme de terre en cube.
4. Dans une casserole mettre l'huile d'olive et faire fondre l'échalote hachée, ajouter la Clayton de Cuba et faire suer environ 3 minutes.
5. Ajouter ensuite les cubes de pommes de terre, les 750 ml d'eau, le bouillon de volaille le sel et le poivre. Laisser cuire 30 minutes.
6. Mixer. Terminé avec un filet d'huile d'olive.
7. Servir avec la tapenade de chou-kale.



## SALADE DE FENOUIL A L'ORANGE

### Ingédients pour 4 personnes :

- Pour la vinaigrette : 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, 1 cuillère à soupe de vinaigre de vin blanc, 1 cuillère à café de moutarde de Dijon, 1 cuillères à café de miel.
- Pour la salade : de la mâche, 1 fenouil, 1 échalotte, 1 orange, poivre et sel du moulin

### Mode préparatoire :

1. Répartissez la mâche dans une grande assiette de service.
2. Tranchez finement la partie blanche du bulbe de fenouil et hachez finement l'échalote.
3. Répartissez sur la mâche.
4. Pelez l'orange et coupez-la en dés. Ajoutez-la sur la salade.
5. Versez la vinaigrette et garnissez de poivre concassé et de la fleur de sel. Servez.

---

# L'ACTUALITE DU JARDIN



## LE MARCHE DE NOEL du jardin de Limon

Le jardin de Limon organisera son marché de Noël du jeudi 11 au samedi 13 décembre pendant les horaires d'ouverture habituels de la boutique.

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.



Adobe Stock | #6540321

## 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](mailto:jardindecocagnedelimon@paris-cocagne.org)

### 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](#)

