



LE JARDIN DE COCAGNE DE LIMON

Chers tous,

Nous avons le plaisir de vous adresser votre feuille de chou de la semaine du 22 au 24 Janvier. Vous y trouverez de précieux renseignements sur la composition de vos paniers et l'actualité du jardin.

Bonne lecture!

LA COMPOSITION DE VOS PANIERS Semaine 4 : 22 au 24 JANVIER



Petit Panier BIO

- Courge Potimarron*
- Chou de Pontoise
- Betterave (600g)
- Oignon (600g)*
- Mâche (200g)



Grand Panier BIO

- Courge Potimarron*
- Chou de Pontoise
- Betterave (1 Kg)
- Oignon (1 kg) *
- Mâche (450g)

Dans vos paniers de cette semaine, nous vous proposons les traditionnels légumes de conservation d'hiver ainsi que notre magnifique mâche fraîchement récoltée sous nos serres. Nous précisons que le potimarron ainsi que les oignons ont été achetés auprès de producteurs franciliens en raison de la saison difficile pour le jardin de Limon (*). Bonne dégustation à vous tous!

LES RECETTES DE LA SEMAINE



GRATIN DE CHOU DE PONTOISE ET POTIMARRON

Ingrédients (pour 4 à 6 personnes) :

600g de courge potimarron, 1 chou de Pontoise, 2 œufs, 40g de crème fraîche, 50g de gruyère râpé, 40 g de chapelure, 1 pincée de sel, 1 pincée de poivre, 1 pincée de noix de muscade.

Mode préparatoire :

1. Peler et découper grossièrement en morceaux 1/2 potimarron, mettre dans le bol. Couper en lanière 1 chou vert, mettre dans le bol.
2. Ajouter 2 Œufs, 40g de crème fraîche, 50g de fromage râpé la noix de muscade et 40g de chapelure. Saler et poivrer.
3. Verser la préparation dans un plat à gratin, parsemer de chapelure et de fromage sur le dessus et mettre au four 30min a 190°.



COCOTTE DE CHOU DE PONTOISE ET HARICOTS BLANCS

Ingrédients (pour 2 personnes) :

1 dizaine de feuilles de chou de Pontoise, 1 branche de céleri, 1 petit oignon, 3 ou 4 petites pommes de terre, 400g de haricots blancs cuits maison, 1 c à café de graines de moutarde, 1/2 c à café de coriandre en poudre, 1/2 c à café de curcuma, 1 pincée d'origan, huile d'olive, sel et poivre

Mode préparatoire:

1. Emincez l'oignon. Coupez le céleri en tronçons.
2. Chauffez une cocotte, ajoutez de l'huile d'olive et les graines de moutarde. Quand elles éclatent, ajoutez l'oignon et le céleri et faites revenir quelques minutes.
3. Ajoutez les pommes de terre pelées, lavées et coupées en morceaux. Remuez un peu.
4. Déposez les feuilles de chou grossièrement déchirées, placez le couvercle et laissez-les « tomber » avec la chaleur pendant 2 ou 3 minutes.
5. Quand elles sont tombées, donnez un tour de cuillère et ajoutez les haricots avec leur eau de cuisson et un peu d'eau.
6. Ajoutez le curcuma, l'origan, la coriandre, sel et poivre.
7. Couvrez et portez à ébullition. Préchauffez votre four à 120°.



Nous étions 35 à nous retrouver Samedi matin à 8h30 au jardin dans le cadre du chantier participatif de plantation de haies. Jardiniers, encadrants, amis bénévoles et membres de l'association Terre et Cité étaient tous de la partie. Après un café d'accueil convivial, nous nous sommes retrouvés dans le hangar pour partager le projet ambitieux d'agroforesterie du Jardin.

Pour améliorer la résilience de la ferme face au dérèglement climatique, 2 kilomètres de haies seront plantés au jardin sur plusieurs années ainsi qu'un verger maraîcher. Initié l'année dernière avec la plantation d'une première haie brise vent de 300 mètres, nous avons cette année mis l'accent sur la plantation d'une haie fruitière composée de groseillers et framboisiers ainsi que d'une haie biodiversité comprenant notamment des cornouillers. Les tâches sont multiples et suivent une organisation précise. Une équipe s'est chargée de réaliser des trous à la fourche bêche, une autre de planter les jeunes plants et une troisième équipe a épandu du compost autour des jeunes plants.

Après une matinée de travail, nous avons eu plaisir à nous retrouver autour d'une soupe préparée avec les légumes du jardin et d'un plateau de fromages. Les plus courageux ont repris le chantier l'après midi!



Réalisation des trous à la fourche bêche



Plantation des jeunes plants



Répartition du compost autour des plants

L'ACTUALITE DU JARDIN



La nouvelle devanture de la boutique

Le jardin profite de la période d'hiver pour améliorer ses panneaux d'affichage. A l'entrée du jardin, un panneau a été installé pour indiquer les horaires d'ouverture de la boutique. A noter aussi qu'un panneau a été installé sur la devanture de la boutique et indique fièrement qu'il s'agit bien ici de la boutique Bio, locale et solidaire du jardin!



Les travaux de la rue des Arpentis le 29 Janvier

Vous êtes nombreux à nous avoir signalé que la rue des Arpentis tout comme le chemin d'accès au parking du jardin étaient endommagés.

Nous vous informons que les travaux de réfection d'enrobé sur la rue des Arpentis seront réalisés le mercredi 29 Janvier.

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](#)

