

# La Feuille de Chou n°5

## Votre Petit Panier



- ✓ 1kg de de courge
- ✓ 850g de poireau
- ✓ 500g de pdt Stemster
- ✓ 500g de radis Deliblue
- ✓ 350g de chicorée Chioggia

## Votre Grand Panier



- ✓ 1kg500 de courge Blue Ballet ou Sombra
- ✓ 1kg de de poireau
- ✓ 1kg de pdt Stemster
- ✓ 1kg de radis Deliblue
- ✓ 700g de chicorée Chioggia

### Toast de radis Deliblue

300g radis Deliblue, 2 à 3 tartinades différentes au choix (aubergine tomate, tartinade tomate oignon, fromage frais, tartinade au thon, houmous), fruits secs au choix (pistaches non salées, pignons de pin, noisettes), herbes fraîches, ciboulette, poivre, épices.

Epluchez finement les radis et rincez-le. Taillez-le en lamette de 3 à 5 mm à l'aide d'un couteau ou d'une mandoline. Déposez les tartinades sur chaque tranche, soit 1 càs ou à la poche à douille pour un meilleur visuel. Parsemez de fruits secs préalablement concassés et torrifiés à la poêle. Assaisonnez de poivre, de piment ou autre épice. Terminez en posant des herbes fraîches, puis servez sans attendre.

### Soupe de courge, poireau et lait de coco

Pour 4 portions : 450 g courge, 3 petits poireaux, 20 g beurre ou huile d'olive, 15 cl lait de coco, sel, poivre  
Coupez la courge en tranches, qui seront ainsi plus facile à peler. Après les avoir pelées, coupez les tranches en morceaux. Lavez et coupez les poireaux en tronçons d'un centimètre environ. Faites revenir les morceaux de poireau et de courge au beurre ou à l'huile d'olive. Versez dans un faitout, ajoutez le lait de coco, salez, couvrez d'eau.

Faites cuire une vingtaine de minutes.

Mixez.

Servez, donnez un tour de moulin à poivre sur chaque assiette.

### Confiture de courge

1 courge, du sucre cristallisé, 3 gousses de vanille.

Couper la courge en cubes et la peser. Gratter les gousses de vanille à l'aide de la pointe d'un couteau. Faire cuire la courge, la vanille et le sucre (même poids que les cubes de courge), compter 20 à 30 min à partir de l'ébullition. Vérifier la cuisson en versant quelques gouttes sur une assiette froide puis pencher l'assiette. La confiture doit couler doucement. Remplir les bocaux, les fermer et les retourner aussitôt 1 min, puis les remettre à l'endroit pour les laisser refroidir.

Chers tous,

L'heure est à la mise en place des piquets pour tuteurer les fèves et petits pois sous les serres. Ce travail peut vite sembler titanesque et exigeant physiquement puisque qu'il s'agit de planter dans le sol plus d'une centaine de piquets sur chacune des planches de culture concernées. Ces piquets seront ensuite reliés par des ficelles placées à 3 hauteurs différentes de façon à accompagner le développement des plants de fèves et petits pois en hauteur. Cette année, nous nous sommes équipées d'un enfonceur à moteur pour soulager les équipes. Un tel équipement fonctionne bien mais requiert d'être hissé en hauteur avant d'être mis en fonctionnement !

Les travaux de la future boutique avancent bien et les premières fondations sont posées cette semaine. Nous le savions. Il y a quelques perturbations inévitables. Dès jeudi, l'espace du marché sera adapté pour vous permettre d'accéder sans risque à nos étals. Nous adaptons également nos espaces de travail pour réaliser vos paniers.

Cette semaine est aussi marquée par un épisode de grippe qui a frappé la moitié de notre équipe de salariés permanents. Le jardin est animé par 2 encadrants cette semaine alors que nous sommes 5 en temps normal. Nous faisons au mieux !

De la part de Marc et de toute l'équipe,

