



**Soupe à la courgette de la porte ouverte**

**Ingrédients**

- Oignon
- Courgettes
- Bouillon de volailles (facultatif)
- Ail suivant les goûts
- Crème fraîche
- Moutarde, sel, poivre

Faites bien colorer les oignons. Coupez les courgettes et ajoutez les.

Mélangez et couvrez d'eau en ajoutant le bouillon de volailles. Ajoutez l'ail si vous aimez.

Laissez cuire 15 mn environ et ajoutez la crème, mixez et assaisonnez.

Ajoutez la moutarde en dehors du feu.

A manger chaude mais aussi froide glacée elle est excellente, dans ce cas, mixez à nouveau à froid pour retrouver l'onctuosité de cette soupe...

**Merci Jacqueline (jardinière) pour cette recette et aussi pour la super réalisation lors de la porte ouverte où nous nous sommes régalés de cette soupe.**

Ce numéro a été conçu par l'ensemble de l'équipe  
 du **Jardin de Cocagne Nantais**  
<http://jardincocagnenantais.eklablog.com/>  
 Vieille Ville - 44 483 Carquefou cedex  
 tél : 02 40 68 91 67 - e-mail : jdcnantais@orange.fr

Année 2015 - semaine 27  
 mardi 30 juin

**Marché et paniers,  
 faites-nous connaître !**

**Vos représentantes des adhérents-es, Mélanie et Corinne, ont déposé pour vous, une boîte à idées dans le bâtiment à panier.** Vous pouvez y déposer vos idées, vos envies, vos demandes, diverses et variables. Nous allons d'ailleurs préparer pour Corinne et Mélanie un badge ou un trombinoscope pour que vous puissiez les identifier et les rencontrer plus facilement.

**Attention mardi 14 juillet férié ! Venez chercher votre panier le 13 juillet.**

Cette semaine, nous livrons les derniers paniers Coup de Pouce à la Pilotière. Toujours pas de solution à l'horizon malgré nos interpellations auprès des élus. Nous restons mobilisés et nous espérons...

Nous cherchons aussi des adhérents-es pour le jardin ou pour le marché, nous aurons de beaux légumes cet été. Faites-nous connaître... Nous avons des flyers et nous pouvons faire des affiches à vous confier.

**La facture du trimestre est dans votre panier cette semaine ainsi qu'un bouquet de basilic gratuit !**



**Cette semaine dans votre panier**

	Unité	1/2 panier (qt en unité)	Panier (qt en unité)
Concombre	pièce	1	1
Courgette	kg	0.5	1
Haricot	kg	0.5	0.5
Oignon blanc	botte	0	1
Pomme de terre nvle	kg	0.5	1
Salade	pièce	1	1
Prix panier		7 euros	12.5 euros

*Les légumes sont produits selon le respect du mode d'agriculture biologique (certifié par ecocert189302P) sur le Jardin de Cocagne Nantais.*