



Salade de céleri branche

Ingrédients :

- 2 branches de céleri
- 1 yaourt
- 1 cuillerée à café de miel
- 1 branche de menthe fraîche
- 6 cerneaux de noix
- 1/2 citron
- 1 pincée de sel

Coupez les branches de céleri en petits morceaux. Hacher les noix et la menthe. Mélangez le tout.

Mélangez le yaourt, le miel, la menthe. Recouvrez de cette sauce.

Pressez le demi-citron sur la salade. Ajoutez une pincée de sel

Pour varier : on peut ajouter une carotte râpée, des raisins secs, des fines herbes, des olives.

Issue de <http://www.cuisine-libre.fr/salade-de-celeri-branche>

Céleri branche au guacamole de chorizo

4 personnes

- Piment d'Espelette en poudre
- 75 gr de chorizo.
- 1 gousse d'ail
- 100 gr de lait
- 50 gr de crème épaisse
- Branches de céleri

Coupez en dés le chorizo et émincez l'ail.

Faites tiédir la crème épaisse et le lait. Ajoutez l'ail émincé ainsi que le chorizo coupé en dés. Mixez afin d'obtenir une consistance homogène. Coupez le céleri en tronçon.

Garnissez les tronçons de guacamole de chorizo et parsemez de piment d'Espelette.

Vous pouvez opter pour la douceur avec du chorizo doux ou de l'exotisme avec du chorizo fort.

<http://www.750g.com/celeri-branche-au-guacamole-de-chorizo-r37710.htm>

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

Cette semaine
Les rencontres
de Corinne
et Mélanie
vendredi de
17h30 à 18h30

Brèves
du Jardin

Pomme de terre Rubis
vapeur, en salade,
sautées, très
savoureuse en gratin...

Année 2016 - semaine 41

Mardi 11 octobre

Rencontres, et marché!

Il est arrivé : l'agenda 2017 du Réseau Cocagne, il est tout beau et toujours rempli de recettes : 1 par semaine. Pensez à vous, vos proches et vos cadeaux de fin d'année et autres... *Voir article page suivante.*

Après les rencontres de Corinne et Mélanie de ce vendredi, n'oubliez pas d'inscrire sur votre agenda la **Rencontre apéro visite des adhérents-es du samedi 5 novembre de 10h à midi.**

Le marché grandit, **nous mettons en place une nouvelle organisation du marché** avec un probable développement le mardi. *Article page suivante.*

Retrouvez nos variétés de pommes de terre bientôt sur notre facebook, nous vous les indiquerons aussi **dans la Brève**, celle de la semaine et sur leur utilisation.

Chose exceptionnelle, **nous avons particulièrement bien réussi les carottes**, elles sont devenues **énormes**, **donnez-nous votre avis dessus !**



Cette semaine dans votre panier

	Unité	Petit panier (qt en unité)	Grand panier (qt en unité)
Carotte	botte	1	1
Chou rave	pièce	1	2
Céleri branche	kg	0.3	0.5
Piment	kg	0	0.1
Poivron	kg	0.2	0.4
Pomme de terre	kg	0.5	0.8
Radis asiatique	kg	0	0.4
Tomate	kg	0.5	0.7
Prix panier		8.30 euros	12.80 euros

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

Organisation du marché

Le marché prend de l'ampleur et vous êtes de plus en plus nombreux-ses à y faire vos achats pour compléter votre panier.

Nous allons donc nous organiser pour trouver un meilleur fonctionnement pour vous comme pour nous.

Jacqueline (jardinière) va être responsabilisée sur cette tâche et sera à partir de cette semaine, présente tous les vendredis au marché et à la distribution des paniers jusqu'à 18h. Elle sera aussi chargée de vous faire passer des messages en complément du tableau d'affichage.

Elle sera accompagnée d'un-e autre collègue jardinier-e. Pour cette deuxième personne, nous conserverons le mode de fonctionnement actuel, tous-tes les jardiniers-es passeront sur cette tâche à tour de rôle.

Jacqueline est très contente et motrice sur cette activité et est prête à lancer aussi un marché le mardi. Nous allons travailler là-dessus. Mais avant cela, nous devons recouvrir le dôme pour qu'il puisse servir à ce moment-là au marché. En fait nous manquons de place le mardi quand la grande pièce est réquisitionnée pour le conditionnement des Paniers Bio Solidaires.

Nous conserverons le mode de fonctionnement de facturation et des petites fiches que nous faisons actuellement.

Recette supplémentaire

Chou-rave poêlé

Pour 4 personnes

- 1 ou plusieurs choux-raves
- huile (d'olive)
- persil
- sel, poivre

Pelez le chou-rave, tranchez-le assez finement.

Faites mijoter à feu doux dans une poêle avec de l'huile d'olive ou à défaut du beurre (au besoin avec un couvercle pour bien attendrir toutes les tranches) pendant 20 à 30 mn.

Sur la fin, ôtez le couvercle et faites dorer à feu moyen quelques instants. On peut finir en ajoutant un peu de persil.

On obtient un accompagnement tendre au goût délicat. Servir avec une viande, par exemple de l'agneau qui se marie très bien avec ou du magret de canard au miel.



L'Agenda 2017 des Jardins de Cocagne

Il se place sous le signe de la lutte contre l'exclusion culinaire des mal-aimés du jardin et vous offre 52 recettes pour savourer et surprendre avec ces légumes de saison. Chaque mois est consacré à un légume, de façon à optimiser son utilisation en cuisine, soit 4 à 5 recettes par légume.

Quelques exemples de recettes : endives, carottes et pleurotes à la vinaigrette d'avocat, choux de Bruxelles en chips et rôti au sirop d'érable, chou rouge en gazpacho, épinards et lentilles vertes du Puy en cocotte, coeur de chou frisé à l'orange et au miel, navets rôtis en croûte de sel sur crème de chèvre frais, etc.

Fiche technique

- Semainier de janvier à décembre 2017,
 - 170 x 210 mm,
 - Couverture cartonnée, dos toilé.
 - Illustrations en couleurs.
- Prix : 12 €**



Vous pouvez précuire vos choux-raves à l'eau ou la vapeur une dizaine de min pour réduire le temps de cuisson.

Variantes : ajoutez au choix des carottes, de l'ail et persil, un soupçon de cannelle et un tout petit peu de piment d'Espelette, ou de l'oignon ; un peu de crème liquide ou un peu de pâte de carry en fin de cuisson...

http://www.marmiton.org/recettes/recette-avis_chou-rave-poele_34602.aspx