

La recette du jour

Hongrie à l'Indienne



Cuisson : 20m

S
e

a
re

Rangottiere

- 1 Bleue de Hongrie
- 250 gr Viande hachée
- 1 pincée sel
- 2 c. à s. persil
- 1 pincée piment de cayenne
- 1 pincée gingembre

ge en dés à la vapeur et les pommes de terre
rdant ferme. Réservez.

euse dans laquelle vous mettez un peu d'huile, les
elles de carottes. Lorsque les carottes sont
viande, le sel et le piment. Ensuite faites cuire

épices et les dés de potirons.

me de terre et coupez-les en morceaux que vous
uteuse.

nnement et garnissez de persil et de coriandre.

qu'à ce que les pomme de terre prennent une jolie
rvez.

e.fr

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

Les brèves du Jardin

Année 2014 - semaine 2
Mardi 7 janvier

Adhérents-es c'est qu

En janvier nous vous facturons l'adhésion associati
pour refaire un article sur cette cotisation et ce qu'elle sign

Côté jardiniers-es : Petite équipe, beaucoup de malac
va faire un stage de 3 semaines dans une boulangerie-p
son contrat cette semaine.

La petite chatte blanche tachée a disparue. Si vous l'a
merci de nous en informer nous aimerions la récupérer.

Il nous reste une dizaine d'agendas à vendre au prix
pratique et contient des recettes de légumes de saison
n'avez pas encore le vôtre ou encore des cadeaux à faire m

Les poireaux ont beaucoup de vert, il se mange comm
en fondu, en quiche, soupe, etc... **Courge bleue de**
confitures, fritures, gratins, purées, soufflés et même gr
terre Apollo : vapeur, en salade, rissolée, en purée, en gra



Cette semaine dans votre pan

	Unité	1/2 panier (qt en unité)
Courge	kg	0.7
Mesclun	kg	0.1
Navet	kg	0.4
Poireau	kg	0.6
Pomme de terre	kg	0.6
Radis	botte	
Prix panier		7 euros

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

Être adhérents-es ?

Initiative est une condition à l'accès à l'abonnement aux légumes vous des adhérents au Jardin de Cocagne Nantais. Ce sont les deux sens.

10.50 euros sont remontés au Réseau Cocagne, le solde pour le travail de facturation, la conception de la Brève et l'animation du réseau d'adhérent.

En tant qu'adhérents-es nous avons une relation particulière avec vous que nous faisons et qui peut être amélioré et complété par des rencontres que nous vous proposons, entre autres...

Vous n'êtes pas des clients, mais des consommateurs, vous commandant nos légumes de soutenir notre activité en vous faisant un panier par semaine et nous vous en remercions.

Recette supplémentaire

Salade de courge

1 courge de Hongrie ou potimarron (260 g. avec graines)

1 c. à s. d'huile de courge

1 c. à s. de moutarde, 1 c. à s. d'eau, sel et poivre.

Épluchez la courge. Épépinez la pomme.

Faites une vinaigrette, en mélangeant d'abord la moutarde et l'huile, puis le vinaigre, l'eau, le sel et le poivre.

Épluchez les pommes, mélangez-les à la vinaigrette. Torréfiez les graines en mettant 5 mn dans une poêle sur feu vif. Versez sur la salade et dégustez sans tarder.

[cocagne.com](http://www.cocagne.com)

Cela vous ouvre aussi la possibilité pour celles et ceux qui ne peuvent pas vous investir dans l'association et nous remercions tout d'abord les adhérents réguliers-es, mais aussi ceux qui ont un moment ou un autre nous ont fait un coup de main et/ou témoigné un soutien.

En tant qu'association, nous proposons aussi à celles et ceux qui veulent de prendre une place au Conseil d'Administration représentant-e des adhérents-es. Il y a deux places disponibles : Mélanie et un-e futur-e candidat-e... Cela consiste à avoir une voix que nous pouvons améliorer justement dans cette relation. Vous pouvez représenter les adhérents-es et leurs demandes etc... à la réunion par mois à Nantes en soirée et d'être ouvert-e à la discussion. **Nous attendons vos candidatures.**

La prochaine Assemblée Générale a été programmée pour le vendredi 11 avril à 17h30 où vous êtes tous invités-es. Elle sera conviviale (nous décalons à cette période la Fête du Jardin) et sera une rencontre entre adhérents-es-salariés-es-administratifs-es. Nous cherchons un principe fédérateur qui permette de se rencontrer à un bon moment ensemble. Nous avons pensé à une soirée d'improvisation... Si vous avez une idée, parlez-nous en.

Celles et ceux qui ont envie de participer d'une façon ou d'une autre à l'organisation de cette soirée sont les bienvenus-es.

Cherchons adhérents-es

Nous avons de la place au panier à Carquefou : si vous connaissez des personnes que cela intéresse, nous sommes intéressés. Si vous connaissez des personnes que cela intéresse, nous sommes intéressés. Nous avons toujours beaucoup de plaisir à accueillir de nouvelles personnes : amis-es, membres de votre famille, copains-ines, collègues !

Les rendez-vous du jardin

Assemblée Générale : vendredi **11 avril à 17h30**

Soirée rencontre festive au jardin : vendredi **11 avril à partir de 19h**

Livraison de viande boeuf : vendredi **17 janvier** (commande close le 10 janvier)

Livraison de poulet : vendredi **24 janvier** (commande close le 17 janvier)

Livraison d'agneau : vendredi **28 février** (commande close le 21 février)