



Courgette au jambon de pays et fromage de chèvre

Pour 2 personnes

- 2 courgettes,
- 4 tranches de jambon de pays
- 200 gr de fromage frais de chèvre,
- 10 cl de coulis de tomate,
- huile d'olive,
- une c. à c. d'origan,
- 2 c. à s. de chapelure,
- sel, poivre

Préchauffez votre four à 200 degrés.

Coupez les courgettes dans la longueur. Dans une poêle sur feu vif, avec une cuillère à soupe d'huile d'olive, faites-y saisir les courgettes deux à trois minutes, sel, poivre

Rangez-les dans un plat à gratin. Garnissez-les avec le coulis de tomates, les tranches de jambon pliées, le fromage de chèvre, tassez un peu avec une spatule, ajoutez un trait d'huile d'olive sur chaque.

Parsemez d'origan, salé, poivrez, et ajoutez la chapelure.

Enfournez pour faire gratiner.

Servez.

<http://www.lesfoodies.com/jeanmerode/recette/courgette-au-jambon-pays-et-fromage-chevre>

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

Les brèves du Jardin

Les oeufs étant
petits vous
avez double
quantité !

Année 2014 - semaine 35
vendredi 29 août

Commandes groupées de viandes

Voici la **dernière Brève courte de la saison**. Dans une semaine, nous serons en équipe à nouveau complète.

Nous avons affiché les prochaines **commandes groupées de viandes bio** sur le panneau dans le bâtiment à panier. Il y aura une livraison de **poulet le 5 septembre** (commande à passer d'ici le 29 août), une livraison de **boeuf le 5 septembre** aussi (commande à passer d'ici le 2 septembre) et une livraison de **porc et d'agneau le 19 septembre** (commande à passer d'ici le 5 septembre). Tout est congelable et le boeuf, le porc et l'agneau sont sous forme de colis avec des morceaux variés conditionnés en petites quantités sous vide. **Vous trouverez plus d'informations sur le blog du jardin.**

Nous souhaitons la **bienvenue à Dominique**, il a commencé la semaine dernière un contrat sur le jardin et a ainsi rejoint l'équipe de jardiniers-es.

Côté culture, nous avons comme d'habitude une saison normale de **maraîchage**, c'est-à-dire qu'il n'y a rien de pareil, des aléas des productions qui marchent bien et d'autres plus compliquées !



Cette semaine dans votre panier

	Unité	1/2 panier (qt en unité)	Panier (qt en unité)
Aubergine	kg	0.4	0.4
Concombre	pièce	1	1
Courgette	kg	0.5	1
Oignon jaune	kg		0.7
Pomme de terre	kg	0.4	0.6
Poivron	kg	0.6	0.6
Tomate	kg	0.5	1.5
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.