La recette du jour

Soufflé de radis noir et parmesan

Pour 4 personnes

- *1 kg de radis noirs*
- *100 g de parmesan*
- *2 œufs*
- *250 ml de lait*
- *50 g de beurre demi-sel*
- *50 g de farine + 50 g environ pour le moule*
- *1 cube de bouillon de volaille*
- *2 branches d'estragon*
- *1 c.à café de maïzena*
- *poivre blanc, sel*

Épluchez les radis noirs et coupez-les, Versez 1,5 l d'eau dans une casserole avec le cube de bouillon.

Laissez infuser pendant 10 minutes et remuez. Ajoutez le radis et laissez cuire à feu couvert 40 mn. Égouttez bien. Le radis doit être très tendre. Mixez-le ensuite pour obtenir une purée.

Émincez les feuilles d'estragon. Dans une casserole, faites fondre le beurre. Quand il est mousseux, ajoutez la farine. Remuez avec un fouet et laissez cuire à feu doux sans laisser colorer pendant 5 à 10 mn. Ajoutez ensuite le lait. Salez et poivrez. Laissez cuire à feu doux 15 mn en remuant tout le temps. La béchamel est prête quand elle forme une boule assez compacte et collante dans la casserole.

Hors du feu, mélangez la béchamel avec les jaunes d'œufs, le parmesan râpé/mixé, l'estragon et la purée de radis.

Préchauffez le four th.6/7 (200°C).

Montez les blancs en neige avec la maïzena. Incorporez-les délicatement au mélange précédent.

Beurrez le moule à soufflé (ou les moules individuels) avec un pinceau, versez la farine à l'intérieur. Versez la préparation dans le moule. Enfournez pour 20 mn. Servez.

http://www.cuisineaz.com/

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

Pomme de terre
Charlotte
Chair ferme à vapeur, rissolée, sautée, mijotée, en salade, gratin...

Brèves du Jardin

N°468

Année 2016 - semaine 13
Mardi 29 mars

INVITATION

Le Conseil d'Administration
vous invite
*à l'**Assemblée Générale***
du Jardin de Cocagne Nantais
*le **lundi 25 avril***
sur le jardin

17h30

- Mot du Président
- Rapport d'activité 2015
- Rapport financier
- Rapport du commissaire aux comptes
- Elections des administrateurs-trices
- Les 10 ans du jardin

19h : Pot de cloture

Assemblée Générale 2016

En tant qu'adhérents-es au Jardin de Cocagne Nantais vous êtes invités-es à l'Assemblée Générale.

Deux d'entre vous siégent au Conseil d'Administration dans le collège de représentants-es des adhérents-es, il s'agit de Mélanie et de Corinne. Pour information, le Conseil d'Administration est renouvelé statutairement au tiers tous les ans. Cette années, vos représentantes ne sont pas touchées par ce renouvellement. 4 autres membres du CA sont sortants et se représentent pour 3 ans.

Le Conseil d'Administration comprend 12 membres répartis en 3 collèges :

- Le collège des membres fondateurs et actifs
- Le collège des membres partenaires
- Le collège des membres représentants-es des adhérents-es

Lors de l'assemblée, nous vous présenterons les projets 2016, les bilans 2015, etc... (cf verso ordre du jour dans l'invitation). Vous y êtes invités-es «avec voix consultatives», comme le prévoit les statuts. Cela veut dire que vous êtes les bienvenus, que nous sommes contents-es de vous y voir, que vous pouvez intervenir, questionner, débattre, que vous serez écoutés, mais que vous ne pourrez pas voter, même si vos paroles seront entendues. Ce sont Corinne et Mélanie, vos représentants-es qui assistent au Conseil d'Administration mensuel qui ont droit de vote à l'Assemblée Générale en votre nom.

Pour toutes informations, pour remonter vos questions et autres pour cette occasion ou au quotidien, vous pouvez contacter **Corinne :** codepont@hotmail.fr et **Mélanie :** maniebag@yahoo.fr

Chou pointu au curry

Recette supplémentaire

Pour 2 personnes :

- *1 petit chou pointu*
- *1 oignon*
- *1 gousse d'ail*
- *1 c. à c. de pâte de curry*
- *1 petite brick de crème végétale*
- *sel*
- *1 petite poignée de noix de cajou concasées*

Ôtez les premières feuilles du chou puis coupez-le finement. Émincez l'oignon et faites-le revenir dans de l'huile d'olive, ajoutez la gousse d'ail écrasée, le chou et le curry. Incorporez la crème puis rectifiez l'assaisonnement avec le sel. La cuisson est très rapide, le chou cuit très très vite et doit rester croquant. Parsemez de noix de cajou avant de servir.

Adaptée de http://lepanierdumercredi.over-blog.com

Assemblée Générale

Adhérents-es du vendredi qui regardez la composition du panier à l'avance en consultant la Brève, **ne vous fiez pas à la composition du panier de mardi cette semaine**, vous aurez probablement un panier différent !

Nous vous invitons à l'**Assemblée Générale** du jardin le **lundi 25 avril à partir de 17h30** sur le jardin. Invitation et ordre du jour *au recto*, article *page de gauche*.

10 ans : Corinne et Mélanie vous proposent un **concours de gâteaux de légumes sucrés**, bien entendu, un prix sera décerné et les parts de gâteaux restantes seront ensuite distribuées aux enfants présents. L'idée étant que vous confectionniez le meilleur gâteau sucré à partir de légumes.

Panier mixte, **nous sommes entre deux saisons** avec encore de **légumes d'hiver** tels les choux, les betteraves, les radis noir, les pommes de terre et les carottes et vous voyez aussi arriver depuis quelques semaines **les premiers légumes de printemps** avec les choux pointus et les navets nouveaux. Nous vous rappelons de **manger** ces derniers **plutôt crus ou très légèrement cuits pour profiter de leur goût et vitamines.**

Cette semaine dans les paniers, **les factures pour les personnes réglant leurs paniers au trimestre**, elles sont à régler dès maintenant. Elles comprennent les abonnements supplémentaires : pain et oeufs et les achats au marché.

Cette semaine dans votre panier

AB AGRICULTURE BIOLOGIQUE

	Unité	Petit panier (qt en unité)	Grand panier (qt en unité)
Betterave	kg	0.3	0.6
Carotte*	kg	0.4	0.6
Chou lisse	kg	0	1
Chou pointu	pièce	0	1
Chou rouge	kg	0.4	0
Navet nouveau	botte	1	1
Pomme de terre	kg	0.5	1
Radis noir	kg	0.3	0.4
Prix panier		8.30 euros	12.80 euros

***Carotte bio de chez Nicolas Oran - Corné - 49**

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