



Pizza au chou lisse

Pour 4 personnes

- 1 pâte à pizza
- ½ chou lisse
- 200 g de lardons
- 100 g de fromage rapé
- 3 c. à soupe de crème fraîche
- 1 c. à café de moutarde + sel

*La classique des réunions
d'adhérents-es qui vous
étonne et ravie à la fois !*

Ebouillantez le chou coupé en lamelle dans une casserole d'eau bouillante salée.

Mélangez la moutarde et la crème fraîche, salez.

Huilez la plaque du four et étalez la pâte à pizza dessus. Répartir la sauce crème fraîche sur la pâte puis le chou, les lardons et enfin le rapé.

Enfournez à four chaud 20 mn Th°8.

Pâte à pizza

- 250 g de farine
- 1 sachet de levure de boulanger
- 20 cl d'eau
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- sel

Dans un plat mettre la farine, le sel et la levure (sèche ou préparée suivant le mode d'emploi du sachet), mélangez et faites un puits. Ajoutez l'eau tiède et mélangez (à la cuillère d'abord) puis pétrir à la main. Enfin, ajoutez l'huile d'olive et laissez reposer 2h à température ambiante.

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

Année 2015 - semaine 10
Mardi 3 mars

Mouvement de jardiniers-es

Vous voyez apparaître dans la composition des paniers, des étoiles qui correspondent à un légume qui vient d'un autre producteur (que vous retrouvez sous le tableau). **C'est une période difficile pour faire des paniers, nous cherchons du complément de légumes chez nos collègues.** Les légumes sont, bien entendu, toujours biologiques et produits localement. *Vous trouverez un point explicatif page suivante...*

Lundi, **Ata et Abdelillah ont signé leur contrat sur le jardin** et rejoint l'équipe des jardiniers-es, **nous leur souhaitons la bienvenue !**

Kévin (jardinier) est en stage 15 jours chez un maçon et Jean-Louis (jardinier) en stage de maraîchage 3 semaines à l'ESAT de Vertou.

Fête du jardin et AG, réservez votre soirée du vendredi 10 avril !



Cette semaine dans votre panier

	Unité	Petit panier (qt en unité)	Grand panier (qt en unité)
Ail*	kg	0.15	0.2
Carotte**	kg	0.7	1
Chou lisse	kg	0.75	1.6
Mâche	kg	0.15	0.2
Poireau	kg		0.4
Pomme de terre***	kg	0.5	1
Prix panier		7 euros	12.50 euros

* Ail bio de l'ESAT du Val de Vay - Vay 44

** Carottes bio de Thierry Moreau - EARL des Sables - Couffé 44

*** Pommes de terre bio de l'ESAT du Val de Vay - Vay 44

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

Point légumes : la mauvaise saison !

Encore une saison bizarre, mais existe-t-il encore des saisons normales ? Cette année l'hiver a été doux et plutôt sec !

Nous manquons de légumes aujourd'hui pour faire des paniers variés... Plusieurs raisons à cela qui expliquent même des paniers avec des répétitions importantes de légumes (épinards) à l'automne :

Nous avons connu des conditions difficiles de mise en place de certaines cultures dûes à un été pas assez beau. A cela s'est ajouté la maladie (pour ces mêmes raisons de météo) et les sangliers qui saccagent nos plantations. Ce qui fait qu'il nous a manqué et qu'il nous manque encore, en quantité et en qualité, des légumes que nous appelons de diversité : carottes, navets, betteraves (et radis noir)... Pour pallier à cela, nous avons donc récolté très vite à l'automne nos légumes de coupe, comme les épinards et la mâche que nous avons mis dans les paniers à ce moment-là pour tenir notre engagement lié à l'abonnement. Vous les avez donc eu de façon systématique sur cette période et nous avons épuisé nos plants. Nous n'avons donc pas pu étirer la production sur l'hiver comme cela était prévu.

D'autre part, comme nous manquons de moyens pour stocker les légumes dans de bonnes conditions, nous avons anticipé et vendu entre autres, des pommes de terre et des courges à la récolte.

Il y a eu aussi la hernie du chou qui nous a imposé de les chauler pour les sauver, mais cela les a par contre abîmés et l'hiver doux n'a pas permis qu'ils se conservent correctement.

Beaucoup de choses qui font que nous sommes dans une période difficile de conception des paniers, nous n'avons plus grand chose.

Ce qui explique les légumes moins beaux de ces dernières semaines. Ce sont des fins de série et le tri est toujours une activité compliquée sur le jardin. Par contre, il n'est pas question que vos légumes ne soient pas mangeables, ils peuvent être un peu abîmés mais pas trop. Continuez à nous remonter quand les légumes ne sont pas corrects. Nous ne voyons pas tout et d'un panier à l'autre le résultat peut être très variable, nous ne sommes pas dans chaque panier, dans chaque légume. Vos retours permettent d'attirer l'attention de celles et ceux qui récoltent, qui trient.

La bonne nouvelle est que l'hiver étant doux, les légumes de printemps vont arriver vite, ce qui est bien car nous pourrions les mettre dans les paniers. Mais, si cette hypothèse se maintient avec la météo, nous risquons d'hypothéquer la fin du printemps... Mais les saisons étant assez surprenantes, nous anticiperons ce qui est possible et nous verrons !

En attendant, nous comblons, comme vous l'avez vu avec des légumes de nos collègues locaux qui travaillent en bio (en récupération des échanges et des ventes des pommes de terre et des courges de début de saison).

Nous avons, par contre, du mal à trouver de la diversité et des légumes qui se conservent correctement car les conditions que nous connaissons sont valables pour les autres producteurs de la région. Nous faisons au mieux.

Nous vous remercions de votre compréhension et de continuer à nous faire des retours en cas de soucis dans votre panier...

Ragoût de porc au chou et aux poireaux

Pour 4 personnes

- 1 kg de viande de porc en morceaux
- 2 oignons
- 1 gousse d'ail
- 1 chou vert en feuilles lisses
- 3 poireaux
- 1 verre à moutarde de sauce soja légère

Recette supplémentaire

- 1 c. à soupe d'huile d'arachide
- eau

Faites dorer la viande avec les oignons.

Effeuillez le chou vert et enlevez les trop grosses côtes, lavez les feuilles puis posez-les sur la viande.

Faites de même avec les poireaux et posez-les sur le dessus des feuilles de choux.

Arrosez de sauce soja et d'un petit peu d'eau. Ne salez pas.

Couvrez et laissez mijoter à feu doux sans tourner les légumes dans la casserole pendant 1 heure. <http://www.cuisineaz.com/>

RAPPEL AGENDA

• Rencontre de Mélanie

avec Thomas encadrant technique
le **vendredi 13 mars de 17h à 18h30**

• Assemblée Générale et Fête du jardin
le **vendredi 10 avril**