



Salade de carotte et radis noir à la japonaise

Pour 4 personnes

- 2 carottes moyennes
- 200g de pousses de soja
- 1 ou 2 radis noir moyen
- 5 cl de vinaigre blanc (de riz ou autre)
- 2 cuillères à soupe de sucre
- 1/2 cuillère à café de sel
- quelques brins de ciboulette thaïlandaise de préférence
- 1 poignée de graines de sésame grillées

Épluchez le radis et lavez les carottes.

Râpez les carottes et le radis. Mettez au frais.

Mélangez le vinaigre avec sucre et sel jusqu'à ce que ça fonde. Ajoutez cette sauce à vos légumes râpés (ajouter petit à petit en goûtant pour voir si ce n'est pas trop fort pour vous, vous pouvez aussi refaire de la sauce s'il n'y en a pas assez à votre goût).

Parsemez de ciboulette hachée et de sésame grillé et servir dans de petits bols en entrée.

D'après une super salade mangée chez Isabelle (adhérente), merci.

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 2012 - semaine 12
Mardi 20 mars

AG jeudi à 18h
salle du foyer
Eersel - Moulin
Boisseau -
Carquefou
voir info
sur le blog

C'est le printemps!

Même si nous le vivons depuis un mois déjà, c'est officiellement le début du printemps aujourd'hui.

Bénédicte (jardinière) est en stage chez un maraîcher toute la semaine.

Nous mettons des flyers du jardin à Carquefou **pour chercher de nouvelles-aux adhérents-es**, nous n'avons plus de liste d'attente et **il nous manque une dizaine d'adhérents-es**. Nous avons été victime du fait que nous avons une liste d'attente très longue et il y a maintenant de la concurrence... Nous fournissons maintenant un panier tout de suite aux personnes intéressées.

La pomme de terre est une Emeraude (frite, purée, soupe, ragoût ou cuisson au four), **la salade, une kissmy** (batavia) et **les pommes, des Délices d'Or** (ferme et juteuse, acide, bien sucrée et très bon parfum, à croquer et à cuire). Ces dernières proviennent du GAEC de la Grigonnais.



Cette semaine dans votre panier

	Unité	1/2 panier (qt en unité)	Panier (qt en unité)
Chou pointu	pièce		1
Epinard	kg	0.5	0.8
Mesclun	kg	0.1	0.1
Pomme*	kg	0.5	0.9
Pomme de terre	kg	0.5	0.5
Radis noir	kg	0.5	0.5
Salade - kissmy	pièce		1
Prix panier		7 euros	12 euros

* Pommes bio - Délices d'Or du GAEC de la Grigonnais - 44

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

Pas de panier en semaine 15 : mardi 10 et vendredi 13 avril !

*Merci de nous prévenir aussi
de vos absences aux paniers pour cette période...*

Visite d'entreprise

Nous organisons une série de visites d'entreprises avant le rush de l'été. Nous avons visité : la Brasserie du Bouffay, Méli Mélo et Seita cet hiver. Nous irons la semaine prochaine à la Ferme du Limeur (le producteur d'oeufs qui nous fournit, il fait aussi du maraîchage, donc deux activités différentes à découvrir).

Nous avons proposé aux jardiniers-es de prendre la main sur les suivantes Ils seraient intéressés-es par une séance de yoga ou de sophrologie. Ils utiliseront leur vendredi après-midi pour organiser cela (recherche de prestataire, devis, négociation de tarif, prise de rendez-vous...).

Et enfin, pour notre sortie annuelle détente/loisir de début d'été, nous allons essayer de faire la descente de Loire...

Tarte au chou pointu

Ingrédients :

- 1 pâte feuilletée
- 1/2 chou pointu
- des lardons
- fromage de chèvre frais type « chavroux » et fêta
- 2 œufs

Recette
supplémentaire

Faites revenir les lardons dans un peu d'huile dans une poêle. Ajoutez le chou pointu coupé en lanières et faites revenir le tout.

Allumez le four sur 180°.

Ajoutez le chèvre frais et la fêta quand l'ensemble du chou est souple. Mélangez bien dans la poêle sur feu doux. Ajoutez les deux œufs fouettés (auxquels on peut ajouter du poivre si nécessaire) à la préparation. Mélangez.

Étalez la pâte dans un moule à tarte, mettez-y l'appareil préparé et enfournez pendant 1/2h.

<http://www.panier-blomet.fr>

C'est la saison des Assemblées Générales

Nous vous rappelons celle du **Jardin de Cocagne ce jeudi à 18h** Salle du foyer Eersel au sein du complexe du Moulin Boisseau à Carquefou. L'accent est encore mis sur vous cette année avec l'idée de vous présenter l'association et son fonctionnement, ainsi que le fonctionnement du Chantier d'Insertion, ceux qui y travaillent et ce qu'ils font à travers **Une journée au Jardin de Cocagne**

Le Samedi 31 mars, c'est le Réseau Cocagne qui invite à son AG à Paris.

Chaque jardin est invité et doit élire un-e représentant-e parmi les adhérents-es, les salariés-es ou les administrateurs-trices, ce représentant-e aura le droit de vote à cette AG. Cette année Pascal Léon, président du jardin est ce représentant, il se représente d'ailleurs au Conseil d'Administration du Réseau Cocagne. Si certains-es d'entre vous souhaitent l'accompagner, cela est possible, merci de vous manifester rapidement. Pour l'année prochaine, si cela vous intéresse, vous pouvez être le ou la représentant-e du jardin au Réseau Cocagne.

Qu'est ce que le Réseau Cocagne : c'est un réseau national avec une action politique nationale. Il organise l'essaimage des jardins (une centaine en France), aide les jardins à travailler ensemble, à mutualiser (du matériel, des pratiques, des informations, etc...) et apporte des informations, des formations et de l'aide technique sur les métier du maraîchage, de l'insertion, de l'animation du réseau d'adhérents-es...

Nous remontons 10 € sur votre cotisation associative annuelle au Réseau Cocagne, le Réseau diffuse auprès des jardins et de leurs adhérents-es la revue l'Arrosoir.

Et enfin, **Assemblée Générale du Réseau des Chantiers d'Insertion de Loire-Atlantique le mardi 3 avril.**

Qu'est-ce que le Réseau des Chantiers d'Insertion de Loire-Atlantique :

C'est un réseau départemental qui a un rôle politique départemental sachant que les politiques d'insertion sont très liées à chaque département. Ce réseau fait travailler les différents chantiers d'insertion ensemble localement et favorise une meilleure connaissance des structures entre elles. Il propose aussi des formations pour les jardiniers-es en insertion.

C'était l'occasion de vous présenter ces deux réseaux avec lesquels nous travaillons en étroite collaboration et qui sont de véritables soutiens au quotidien !