



## Chou pointu et noisettes croquantes

### Ingrédients

- 100 g de noisettes émondées
- 2 échalotes
- 1 gousse d'ail
- 1 chou pointu
- 1 c à s. d'huile
- 1 c à . de 4 épices ou muscade
- 4 c à s. d'huile de noisette (ou neutre)
- Gros sel

Faites chauffer une poêle antiadhésive, versez-y les noisettes et faites-les colorer. Puis mixez-les et réservez.

Coupez le chou en 4, nettoyez-le à l'eau et émincez-le finement

Épluchez les échalotes et l'ail, puis hachez-les et faites-les rissoler dans une sauteuse ou un wok.

Ajoutez le chou émincé, les épices, la moitié des noisettes grillées, le sel dans la sauteuse (ou wok) ; mélangez l'ensemble et faire cuire, le chou doit rester croquant.

Égouttez si besoin et servez aussitôt parsemé du reste des noisettes concassées. Bon appétit

Recette facile, légère et rapide. Elle peut être mangée seule ou accompagnée d'un reste de blanc de poulet ou d'un filet de poisson.

<http://www.jardin-du-poirier.fr>

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](mailto:jdcnantais@orange.fr)

# Les brèves du Jardin

AG  
et Fête du jardin  
Vendredi  
11 avril

Année 2014 - semaine 13  
Mardi 25 mars

## C'est le printemps !

C'est officiel depuis la semaine dernière. Pour le temps, **c'est un peu l'hiver cette semaine**. Par contre, côté légumes, nous le voyons franchement, **dans votre panier, vous trouverez le tout premier légume de printemps**, celui qui est toujours là avant les autres et cette fois-ci **un mois trop tôt**. Alors que nous avons encore la mâche et le pourpier et les légumes de garde et d'hiver ! **Le chou pointu, à manger cru ou cuit** mais très légèrement et rapidement pour en conserver toutes les vitamines et autres nutriments.

**Monique** (jardinière) y participe aussi, elle **se lance dans un projet de mettre des fleurs en jardinières sur le jardin**, la première phase est réalisée, ça avance, "*ça ne saurait tarder*" !

**Montage de tunnel, les rendez-vous de Mélanie** page suivante...

**Pomme de terre Nicola** : à consommer à la vapeur, à l'eau, au four ou en gratin...



### Cette semaine dans votre panier

	Unité	1/2 panier (qt en unité)	Panier (qt en unité)
Blette	botte	0.5	1
Carotte	kg		0.5
Chou pointu	pièce	1	1
Mesclun	kg	0.1	0.2
Navet	kg	0.5	0.5
Pomme de terre	kg		1
Salade	pièce	1	1
Prix panier		7 euros	12.50 euros

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

## "Des rencontres au jardin?" Mélanie, adhérente, membre du CA

J'ai fait la démarche, il y a bientôt deux ans de passer les portes du jardin dans une démarche évidente de changer "un peu ou du mieux que je peux" mon mode de consommation mais aussi pour rencontrer les gens, des gens dans une même démarche que la mienne avec peut être les mêmes motivations et les mêmes engagements.

Alors mon bilan est le suivant :

Je mange mieux, c'est sûr !!! en plus des légumes du jardin, le changement s'est opéré sur d'autres choix plus bio, plus équitables, plus responsables....

Je vous rencontre aussi lors des retraits des paniers, des événements sur le jardin (AG, portes ouvertes, salons...). Vous me trouvez aussi parfois le vendredi soir quand je peux de temps en temps donner un petit coup de main...Il y a des échanges ces vendredis soirs ! Alors pourquoi ne pas les formaliser un peu ?

L'idée pourrait être la suivante: 3, 4, 5 vendredis dans l'année autour d'un café ou d'un thé, on discute autour de thèmes que vous aurez choisi d'aborder sur un créneau par exemple de 18h00-18h30 ou 17h30-18h00.

Peu importe qu'on soit 5, 10, 15 ou 50 !!! L'idée est de formaliser le moment de discussion ou le moment d'échanges de savoirs, de connaissances ?

Qu'en pensez-vous, ???

J'avais pensé à un premier thème : c'est quoi être adhérents au jardin ?

Dois je lancer l'idée ? dois je fixer les dates pour que vous puissiez me donner quelques idées de thèmes ?

Pour les présents, je vous en reparle le 11/04 à la Fête du Jardin.

A très bientôt sur le jardin

Mélanie

Pour la contacter hors de ces rendez-vous : maniebag@yahoo.fr

## Les aventuriers du jardin ou le bâchage du tunnel

*"C'était comme en 14-18, nous avons fait des tranchés et installé des fils de fer (sur le côté pour éviter que la bâche ne baille)..."*

C'était le début de la grande aventure collective que m'ont raconté Monique, Katell, Mickael, Bruno, les deux Daniel, Anthony et Stéphanie avec un mélange d'humour et de sérieux. Le montage de la bâche s'est faite en une fin de matinée et une petite après-midi par un grand groupe :

*"C'est physique, ça fait mal au dos" "C'est bien ça permet de coordonner un groupe," "tout le monde avait son rôle à jouer" ; "ça permet de voir comment se monte une serre". "On a vu et participé à l'évolution de A à Z du démontage au remontage".*

*"J'ai été impressionné par les acrobaties funambulesque du capitaine Thomas (encadrant)" "C'est sportif" "C'est bien les chantiers collectifs"*

*"Nous avons testé le montage de pattes en l'air". mais avant "nous avons installé, en haut de l'armature, au sommet, du grillage à mouton pour maintenir la bâche et éviter l'effet cuvette et rétention d'eau lors des fortes pluies qui pourraient déchirer la bâche."*

*"Je me suis bien amusé à faire voler les autres" "J'ai volé et je perdais mes sabots au passage".*

*"On sentait qu'il y avait de la méthode et de l'expérience. J'ai appris comment procéder avec le cordage : On fait un paquet avec le plastique pré-plié, on l'enroule avec un cordage à goëlette du 17ème siècle. Capitaine Thomas a fait un super noeud double coulant. Un collègue, lui, a réalisé un lancé réussi de bâche de l'autre côté de ce paquebot à l'envers. Nous avons tiré de l'autre côté et la bâche s'est dépliée comme une jupe plissée sur les arceaux....!"*

*"J'ai fait l'aspersion, mis en place le goutte à goutte. On a installé les arrivées d'eau, puis les tuyaux en pvc et les pendulaires".*

*"Maintenant, il faut que nous travaillions le sol et que nous finissions la mise en place de l'aspersion, puis nous planterons les concombre et les courgettes !"*