



Poêlée de pomme de terre aux fèves façon espagnole

Ingrédients :

- 500 g de pommes de terre nouvelles
- 200 g de fèves écossées et pelées
- 1 poivron rouge ou 200 g de mélange de poivrons surgelés (facultatif)
- 2 gousses d'ail ou de l'ail frais
- 100 g de chorizo

Lavez les pommes de terre sans les peler (on peut les frotter dans un torchon avec du gros sel pour éliminer une partie de la peau). Faites-les sauter avec 1 c. à s. de graisse de canard ou d'huile d'olive. Remuez régulièrement.

Pendant ce temps, faites blanchir les fèves 1 ou 2 mn dans de l'eau salée bouillante. Si nécessaire, émincez le poivron et faites-le également blanchir dans de l'eau bouillante. Pelez l'ail et hachez-le finement ou hachez et ciselez l'ail frais (bulbe et tige). Coupez le chorizo en tout petits dés.

10 mn avant la fin de la cuisson, ajoutez les fèves, le poivron, l'ail et le chorizo. Salez peu, poivrez. Remuez à feu vif 2-3 mn puis laissez finir de cuire encore 5 bonnes minutes. Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire et servez.

Merci Yolaine (adhérente) pour cette recette

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 2016 - semaine 20
Mardi 17 mai

10 ans : Le programme !

Les 10 ans on y est presque, c'est la semaine prochaine. Les inscriptions repas rentrent, **vous avez encore jusqu'à jeudi de cette semaine pour réserver votre repas**. Nous avons aussi des inscriptions pour l'atelier cuisine et pour venir nous aider à tenir les stands.

Il y a encore des besoins à combler donc ceux qui le souhaitent peuvent s'inscrire sur le tableau ou nous contacter par mail ou par téléphone. Notre plus grand besoin est le **poste sécurité (orientation parking et ralentissement sur la route)**. Nous avons fait des tranches d'une ou deux heures pour que ce soit moins lourd.

Les 10 ans du Jardin de Cocagne sont inscrits dans le **Printemps Bio du GAB 44**, qui se déroule du **28 mai au 15 juin**, dans votre panier le programme complet de cette semaine de festivités autour du bio dans le département.

Pages suivantes : le **programme de la journée des 10 ans du jardin**, un **point logement jardiniers-es**.



Cette semaine dans votre panier

	Unité	Petit panier (qt en unité)	Grand panier (qt en unité)
Ail frais	pièce	1	1
Basilic	botte	1	1
Blette	kg	0.4	0.7
Fève	kg	0.3	0.6
Pomme de terre nvle	kg	0.6	1.1
Salade	pièce	0	1
Prix panier		8.30 euros	12.80 euros

Les légumes sont produits selon le respect du mode d'agriculture biologique (certifié par [ecocert189302P](http://ecocert.com)) sur le Jardin de Cocagne Nantais.

Les légumes nouveaux - comment les cuisiner

L'ail frais : cru ou cuit, il parfumerá vos salades, plats, omelettes, quiches... La tige parfumerá vos plats mais est dure.

Blette : mangez les côtes et les feuilles ensemble ou dans des plats séparés, revenus légèrement à la poêle avec de l'ail frais, ou en quiche, gratin, lasagne, omelette etc...

Fève : la fève épluchée, débarrassée de sa petite peau, crue ou cuite en salade. La cosse après avoir retiré les bords très fibreux, ou même les fèves entières, en soupe, purée, ragoût, sautées à la tomate ou la crème après les avoir pré-cuites à la vapeur.

Pommes de terre : ne les épluchez pas et choisissez leur une cuisson douce et courte.

Point logement jardiniers-es

Anne-Christelle, l'accompagnatrice socio-professionnelle, raconte :

"Cinq situations ont été débloquées dans les trois derniers mois pour des personnes qui étaient logées par Adoma ou Adelis et qui devaient partir. Il y avait aussi trois menaces d'expulsion.

A chaque fois qu'une question de logement se pose sur le jardin, il est important de faire le point avec l'assistante sociale car c'est elle qui pourra solliciter différents moyens suivant la situation de la personne et qui suit parfois déjà le dossier.

Plusieurs solutions peuvent être étudiées suivant l'autonomie de la personne à gérer un logement et différentes orientations peuvent être envisagées (par exemple : CHRS dont logement indépendant avec accompagnement. le dossier passe en commission. Cela peut prendre 6 mois avant d'obtenir une réponse).

Autrement, les recherches sont réalisées sur jardin dans le parc privé et public. Et quand le logement est attribué, le jardinier-e retourne vers l'assistante sociale pour débloquer, quand cela est nécessaire, des aides (caution, aide au premier mois etc...).

Dans les cinq situations récentes, trois jardiniers-es ont aménagé en HLM, un en CHRS avec logement indépendant et accompagnement, et un dans le privé via une agence."

10 ans ! Le programme

Le matin réservé aux adhérents-es et officiels :

10 h : Accueil

10h30 : Le temps des officiels

avec la présence de *Jean Guy Henckel*

11h30 : Le temps des **1ers adhérents et des bénévoles.**

12h30 : **Repas** sur inscriptions préparé par *Méli Mélo.*

Prix 10€, enfants -12 ans 6€,

vous pouvez, si vous préférez, apporter votre pique-nique.

L'après-midi le jardin est ouvert à tout public

14h30 : **Conférence-débat** sur le foncier agricole

avec *Liliane Piot Co-Présidente de Terre de Lien*

16h : **Concours de gâteaux sucrés à partir de légumes** faits par vous les adhérents

16h30 : **Goûter des enfants** dégustation des gâteaux du concours

16h à 18h : sur inscription pour les adhérents :

Atelier cuisine smothies et pâté végétal

Et tout l'après-midi :

- des **visites guidées** toutes les heures,
 - un **parcours enfants**,
 - un **marché de producteurs**
- des **animations pour les petits et grands** réalisées par les jardiniers-es entourés par la Cie Nitramenco
 - **Des expo** : "Pour vos amis Bioseptiques" et photo "De la graine aux paniers"
- des balades à calèche par l'Attelage de la Maison Rouge

18 h : **Concert BogZH Celtic Cats !**

19h : **Apéro**