



Sauté d'agneau aux fèves fraîches

Pour 4 personnes

• Environ 500 gr de gigot en tranches ou du sauté • 500 gr de fèves fraîches à écosser, nous utiliserons les cosses. • 6 ou 8 petites pommes de terre grenaille • 1 oignon • 3 carottes • 20 cl de vin blanc sec, • huile d'olive, • farine, • sel, • herbes de Provence, • 2 clous de girofle.

Écossez les fèves sans abîmer les cosses. Faites blanchir les fèves 3 mn dans l'eau bouillante et rafraîchissez-les aussitôt, ôtez la peau d'une incision de couteau puis réservez.

Délicatement et avec un couteau bien aiguisé, ôtez les fils de chaque coté, lavez-les avec de l'eau et du bicarbonate de soude, réservez. N'en utiliser que la moitié, le reste pouvant être congelé pour une utilisation comme les haricots plats.

Découpez les tranches de gigot en sauté et dégraissez-les, gardez les os qui seront ajoutés dans la cocotte, la moelle contenue étant excellente pour un rendu bien fondant. Dans la cocotte en fonte, faites chauffer 2 c. à s. d'huile d'olive puis jetez-y la viande à dorer.

Pendant ce temps, épluchez et émincez l'oignon, épluchez et taillez en rondelles, les carottes, lavez soigneusement les grenailles, coupez-les en deux éventuellement.

Dès que la viande est dorée, ajoutez-y 1 c. à s. de farine, remuez vivement, ajoutez les oignons, laissez suer puis noyez de 20 cl de vin blanc sec, 2 clous de girofle, salez. Laissez cuire à feu doux et à couvert jusqu'à rendre les oignons translucides, comptez 10 mn.

Ajoutez carottes, grenailles et cosses de fèves, versez un peu d'eau pour arriver juste à niveau et laissez cuire comme précédemment une bonne heure, le bon test étant de goûter les carottes, qui doivent être cuites juste à point.

Ajoutez délicatement les fèves pour ne pas en faire de la purée, remuez, laissez cuire encore 10 mn à découvert pour épaissir la sauce et servez.

Le poivre sera ajouté dans l'assiette, celui ci ne tenant pas la cuisson.

D'après : <http://aioli.over-blog.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

Les brèves du Jardin

Salade amère, avec une sauce salée ou relevée, du fromage, de la pomme, des fruits, des pommes de terre, des oeufs, etc...

année 2015 - semaine 21
Mardi 19 mai

Rendez-vous avec vous

Vous trouverez page suivante le **compte-rendu officiel de l'Assemblée Générale** du 11 avril 2015. Nous remercions chaleureusement les jardiniers-es et les adhérents-es de leur présence. Parmi les administrateurs-trices élus-es, deux sont **vos représentantes au Conseil d'Administration**, il s'agit de **Mélanie** : maniebag@yahoo.fr; rejointe par **Corinne** : codepont@hotmail.fr. Vous pouvez les solliciter, elles sont disponibles pour cela.

Porte-Ouverte

Nous vous invitons le **vendredi 12 juin de 14h à 19h** (et non le 12 mai comme annoncé par erreur dans la Brève de mardi dernier). Traditionnellement, **les jardiniers-es animent des visites du jardin, les encadrants-es sont disponibles pour toutes questions, un parcours enfant** ouvert aussi aux adultes est mis en place (avec des questions sur les légumes), il y aura de la **magie** avec Sébastien (jardinier), à partir de 16h un **stand de vente de galettes sucrées** avec Laurence (adhérente), nous ferons un **marché** ce jour-là et nous finirons par un **apéritif sans alcool...** Nous continuons à construire le programme, d'autres animations se rajouteront probablement. *A suivre...*



Cette semaine dans votre panier

	Unité	Petit panier (qt en unité)	Grand panier (qt en unité)
Carotte nouvelle	botte	0.5	1
Chou pointu	pièce	0	1
Fève nouvelle	kg	0.4	0.8
Pomme de terre nvle	kg	0.5	0.7
Radis	botte	1	1
Salade amère	kg	0.1	0.1
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.

Compte Rendu de l'Assemblée Générale du 11/04/2015

Membres du Conseil d'Administration présents : Mélanie BAGAS, Gervaise DEBUCQUET, Sylvie GAUTHERIE, Sébastien GUIMARD, Bernard JOCHAUD, Pierre LACOIN, Marianne LOUSTALOT, Pascal LEON, Fabienne RENUSSON, Daniel RIVEREAU, Nathalie SCHIEB-BIENFAIT.

Excusés : Mairie de Carquefou, Christine PIQUEMAL.

1. Intervention de Pascal LEON : mot du Président

Remerciements adressés à Marianne, aux salariés permanents, aux jardiniers en insertion, aux adhérents et aux administrateurs.

Présentation du Jardin de Cocagne comme chantier en maraîchage biologique dans le cadre de l'Insertion par L'Activité Economique.

2. Faits marquants 2014 présentés par Marianne LOUSTALOT

Mouvement dans l'équipe d'encadrants techniques : départ de Stéphanie et arrivée de Sébastien.

Ré-organisation du temps de travail sur 5 jours : activité tous les matins et 2 après-midi par semaine.

33 jardiniers salariés sur l'année pour 22 200 heures travaillées.

3. Rapport moral :

PBS : activité de conditionnement de paniers et de livraison sur Nantes
520 paniers par semaine livrés sur 45 points de dépôt.

JDC : chantier d'insertion en maraîchage biologique
150 paniers par semaine dont 12 paniers « Coup de pouce ».

Intervention de Thomas sur la création des semis sur le jardin (serre à semis) et l'achat de plants spécifiques (Tomate, aubergine, poivron : gain de temps et culture fragile).

Intervention de Sébastien sur la construction de la serre à semis et sur la nécessité de diversifier les variétés de population (ex : Pomme de terre « la bleue des Flandres »)

Intervention d'Anne-Christelle sur les modules MSA - santé et Sport : bilan positif des activités découvertes de sport, intervention de la Ligue contre le cancer sur le thème de l'alimentation avec partage d'un repas.

Présentation par Muriel des « Rencontres de Mélanie » :

- 1^{ère} rencontre : la mise en place du co-paniérage.
- 2^{ème} rencontre : le maraîchage
- 3^{ème} rencontre : l'embellissement du Jardin de cocagne

Réforme du financement des Chantiers d'insertion : passage du financement au poste à l'heure travaillée (conventionnement 2015 : 22900 heures soit 20 jardiniers et 15% d'absentéisme).

Projets 2015 : maintenir les actions d'accompagnement, poursuivre la formation « conduite de tracteur », finaliser la 3^{ème} tournée PBS et intégrer les Briords comme partenaire, renforcer les liens avec les entreprises, pérenniser les paniers « Coup de pouce » et préparer les 10 ans du Jardin de Cocagne.

Approbation du rapport moral à l'unanimité.

4. Rapport financier : Daniel RIVEREAU, trésorier et M. Baillargeau, commissaire aux comptes

Produits d'exploitation : 464 705 € -6%

Charges d'exploitation : 458 148 € +6,3%

Résultat 2014 : 6547 euros

Capacité d'auto-financement : 20 032 €

Nomination du cabinet SOFAR pour 6 ans : certification des comptes de l'association

Affectation du résultat 2014 en report à nouveau

Affectation de 5000 € du report à nouveau en fonds associatifs sans droit de reprise : vote à l'unanimité.

Approbation du rapport financier à l'unanimité.

5. Rapport du commissaire aux comptes :

Le commissaire aux comptes explique l'objet de sa mission et certifie qu'il n'a pas d'observation à formuler sur la sincérité et la concordance avec les comptes annuels des informations données dans le rapport du Conseil d'Administration et dans les documents adressés aux adhérents sur la situation financière et les comptes annuels.

6. Renouvellement du Conseil d'Administration :

3 administrateurs sortants : Mélanie, Sylvie et Sébastien qui se représentent

2 candidatures d'administratrices : Gervaise DEBUCQUET et Corinne DEPONT

Les 5 administrateurs sont élus à l'unanimité.