



Potimarron à la créole

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 18 minutes

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 500 g de potimarron
- 200 g de lardons salés
- 500 g de tomates
- 1 poivron vert
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 clou de girofle
- 1 cuillère à café de curry (ou 2) ou colombo
- 1 cuillère à soupe d'huile
- sel, poivre

Dans l'huile, faire revenir l'oignon émincé, le poivron coupé en morceaux, et les tomates concassées.

Quand vous aurez obtenu une sorte de purée, ajoutez les lardons, et le potimarron coupé en cubes de 2 cm environ.

Laissez mijoter, jusqu'à ce que les dés de potimarron soient bien tendres (15 min, ou 5 en autocuiseur).

Ajoutez alors : girofle et ail écrasés, sel, poivre.

Remuez 3 min, ajoutez le curry délayé, et remuez encore 2 min.

Conseils et variantes : Vous pouvez accompagner ce plat d'un riz créole. Vous pouvez remplacer les lardons par du chorizo ou des saucisses fumées ou de Toulouse, pimenter un peu si vous aimez les plats épicés. Vous pouvez encore ajouter des lentilles.

http://www.marmiton.org/recettes/recette_potimarron-a-la-creole_42113.aspx

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 2014 - semaine 38

Mardi 16 septembre

Début des paniers d'automne !

Avec un mois d'août assez frais et les nuits actuelles où le thermomètre descend, malgré les belles journées, **les légumes sont passés à une autre saison : l'automne**. Nous mettons les **derniers légumes d'été dans les paniers** et vous avez déjà eu les premiers d'automne. Voici donc la **dernière série d'aubergines et de poivrons, de tomates et de courgettes**, pour ces deux derniers vous les retrouverez encore au marché jusqu'à ce que nous vous proposons des tomates vertes...

Dominique vient de signer son contrat sur le jardin et de rejoindre l'équipe de jardiniers-es, deux particularités : c'est le deuxième Dominique du Jardin, mais aussi **il va surtout travailler sur les Paniers Bio Solidaires en conditionnement et livraison**. Voir article page suivante...

Point culture et prévision sur les légumes page suivante.



Cette semaine dans votre panier

	Unité	1/2 panier (qt en unité)	Panier (qt en unité)
Aubergine	kg	0.5	0.5
Brocolis	pièce	1	1
Courgette	kg	0.5	0.7
Oignon jaune	kg	0.5	
Oignon rouge	kg		0.5
Poivron	kg		0.3
Pomme de terre	kg	0.6	1
Potimarron	kg	0.5	0.6
Tomate	kg	0.3	0.6
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.

Les Paniers Bio Solidaires et les livreurs du Jardin

Pour les nouvelles-aux adhérents-es, nous avons **une activité supplémentaire** de conditionnement et de livraison de paniers de légumes (et fruits) bio. Nous avons été démarché par l'Association Bio Loire Océan (association des producteurs fruits et légumes biologiques des Pays de la Loire) avec le Jardin de Cocagne de Saumur pour monter un projet régional de paniers. Ainsi l'association *Les Paniers Bio Solidaires* comprenant ces trois associés est née et **depuis 2011 nous conditionnons et livrons des paniers sur l'agglomération nantaise**. Saumur s'occupant de Cholet, Angers, Poitiers et Le Mans

Une activité supplémentaire qui nous a permis d'investir dans le bâtiment où nous conditionnons vos paniers et où nous vous accueillons. Mais surtout une activité **qui nous permet de former les salariés qui le souhaitent aux métiers de la logistique**.

Bruno qui était sur le jardin est passé en août sur la livraison et **Dominique** vient d'être embauché aussi pour le conditionnement et la livraison. Ils rejoignent **les deux Daniels** qui vont bientôt partir en formation et **Anthony**.

Conditionner 200 paniers d'affilé avec une grande exigence de qualité (nous ne voyons jamais les abonnés-es de ces paniers) est plus difficile qu'en conditionner 70, il faut du rendement, être concentré.

La partie livraison est aussi une sacrée aventure. Cela demande des compétences, du sérieux, une grande capacité d'autonomie et d'avoir le permis... Il faut imaginer que les livreurs du mercredi, par exemple, viennent avant l'ouverture du jardin, ils ouvrent le bâtiment et doivent partir sur Nantes avec le bon nombre de paniers dans le camion pour livrer 200 paniers environ sur 18 points-relais et bien dispatcher sur chaque points-relais le bon nombre de paniers. Il y a un ordre de tournée avec des horaires pour respecter les contraintes de livraison de chaque points-relais. Par exemple, il faut livrer l'Arrosoir à partir de 10h45 (leur heure d'ouverture) mais avant 11h car l'Arrosoir est sur le plateau piétonnier, mais aussi passer dans les restaurants plutôt avant 11h30, tout en gardant une logique de parcours pour ne pas faire 10 fois le tour de Nantes mais aussi improviser en cas de bouchons ou s'ils sont trop tôt. Bien sûr, ils ont un portable pour nous joindre en cas de soucis ou de questions, mais la responsabilité reste grande. Ils sont aussi de temps en temps confrontés à la fermeture non annoncée d'un point-relais et ils doivent négocier avec le commerçant voisin l'accueil des paniers en dépannage et ne pas oublier de nous prévenir pour que l'information arrive vite aussi jusqu'aux abonnés-es...

Points cultures et prévisions

Nous avons récolté, comme nous vous l'avons dit la semaine dernière, **les pommes de terre** et nous avons eu un bon rendement : 4 tonnes de pommes de terre, nous en avons besoin de 3.5 tonnes pour vous en mettre en quantité correcte très régulièrement dans les paniers.

La récolte d'**oignon** est correcte.

Les **poireaux** sont beaux.

Nous aurons peu de **radis noir, navet et betterave...** et très peu de **céleri rave**.

Les **choux** sont plutôt beaux même si nous avons toujours de la hernie du chou mais elle n'a pas envahi toutes les cultures et nous devrions avoir de la variété dans les choux (même si nous avons quand même perdu la moitié des choux de Bruxelles) .

Les semis d'hiver et de début de printemps des **blettes** et des **épinards** sont fait. **A suivre...**

Nous avons trois tournées : une le mercredi, une le jeudi et une le vendredi avec environ 500 paniers actuellement livrés sur 46 points-relais. Trois chauffeurs livreurs avec le permis responsables chacun d'une tournée mais avec l'idée qu'ils puissent se remplacer les uns les autres et d'avoir toujours un binôme dans le camion (nous avons eu régulièrement des femmes sur ce poste, dont la dernière, super Marie, mais elle est partie en formation, il ne nous reste que des hommes sur cette activité pour l'instant). **Les points-relais sont souvent des commerces** (boulangeries, bouchers, primeurs, restaurants, fleuristes, mais aussi trois Ding-Fring, une association, etc...). Un réseau qui est très important dans ce projet car ils accueillent gratuitement les paniers et les abonnés-es.

Ce projet a aussi permis de proposer plus de temps de travail aux permanents-es du Jardin puisqu'Anne-Christelle a une journée de plus pour la partie encadrement du conditionnement et Muriel une journée sur la partie de développement du projet sur Nantes avec la recherche et le lien avec les points-relais, la recherche des abonnés-es (tractage et articles de presse) et encadrement des livreurs...

Plus d'informations : <http://lespaniersbiosolidaires.fr/>