



Tatin au chou rouge

Pour 4 personnes

- 1/2 chou rouge
- 1 gros oignon rouge
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- 2 c. à s. de vinaigre balsamique
- 1 c. à s. de sucre en poudre
- 1 rouleau de pâte Brisée pré-étalée
- sel et poivre du moulin

Pour le caramel

- 100 g de sucre en poudre
- 1 cuillère à soupe d'eau
- 30 g de beurre demi-sel

Émincez finement le chou rouge et l'oignon rouge. Dans une sauteuse, faites chauffer l'huile d'olive, ajoutez-y l'oignon, laissez suer 3 minutes. Mettez le chou émincé, le vinaigre, le sucre, salez et poivrez, puis laissez cuire à feu doux 10 minutes.

Préchauffez le four à 180 °c.

Préparez le caramel : dans une casserole, faites fondre le sucre en poudre avec l'eau et laissez cuire doucement à feu doux sans remuer. Le caramel va prendre une couleur ambrée. Ajoutez le beurre en morceaux et mélangez bien le tout.

Versez le caramel dans un moule à tatin ou à manqué. Déposez par-dessus le mélange chou-oignon et tassez bien. Déroulez la pâte et déposez-la sur le chou. Veillez à bien faire glisser les bords de la pâte entre le chou et les parois du moule. Piquer la pâte à l'aide d'une fourchette et enfournez pour 30 minutes.

À la fin de la cuisson, laissez reposer la tarte 5 minutes et démoulez-la en la retournant rapidement sur une assiette. Vous pouvez servir cette tarte les noisettes concassées.

<http://cuisine.journaldesfemmes.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

Année 2015 - semaine 11

Mardi 10 mars

Avec le beau temps...

Rencontre de Mélanie vendredi 17h à 18h30... avec **Thomas** encadrant technique, venez le rencontrer autour d'un verre et lui poser vos questions maraîchage, encadrement, etc... En attendant, **voici enfin le retour des vos réponses au questionnaire satisfaction pages suivantes...**

Info semis et plantations : les semis de courgettes, tomates, concombres, choux-rave vont être faits cette semaine avec 15 jours de différé dû à un retard de livraison de la plaque chauffante. Les petits pois et les fèves vont être semés en plein champ aussi en retard car la météo de l'automne ne nous a pas permis le travail des planches en amont. Maintenant rien de catastrophique. Nous sommes dans les temps pour les carottes et les blettes. Nous avons déjà planté la 2^{ème} série d'oignons blancs, de choux pointus, de poireaux de printemps, de salades, et les échalotes. Les pommes de terre de conservation sont elles à germer. Le beau temps permet d'avancer sur le travail en plein champs mais nous oblige à arroser dans les tunnels où il fait trop chaud... Les pommes de terre primeur commencent à sortir !



Cette semaine dans votre panier

	Unité	Petit panier (qt en unité)	Grand panier (qt en unité)
Chou rouge	kg	0.6	1
Echalote*	kg	0	0.2
Mâche	kg	0.2	0.2
Oignon	kg	0.5	0.5
Pommes - Pilot**	kg	0.5	1
Pomme de terre***	kg	0.5	1.5
Prix panier		7 euros	12.50 euros

* Echalotes bio de l'ESAT du Val de Vay - Vay 44

** Pommes bio du GAEC de la Grigonnais - la Grigonnais 44

*** Pommes de terre bio des Briords - Carquefou 44

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

Retour questionnaire satisfaction - épisode 1

Tout arrive à qui sait attendre. Voici enfin, le retour du questionnaire satisfaction que vous avez rempli en fin d'année... Nous vous remercions pour les informations que nous avons ainsi pu recueillir.

Vous avez ainsi été 66 sur 150 à nous répondre soit 44 %. Ce qui est pas mal, même s'il nous reste des zones d'ombres sur l'avis de ceux qui n'ont pas répondu.

Votre adhésion se fait quasiment autant pour les légumes, l'insertion que pour le bio. Votre fidélité met légèrement en tête l'insertion sur le bio, les légumes arrivent ensuite.

Vous trouvez, à 74 % des réponses, la présentation des paniers bonne et à 18 % très bonne, à 6% moyenne, nous retrouvons des valeurs similaires pour le conditionnement, la disposition des légumes dans le panier et la composition du panier. Pour le goût des légumes, 64% très bonne et 35% bonne.

L'évolution de la qualité du panier est jugée stable à meilleure. Nous continuons à travailler pour la conserver et aussi l'améliorer.

Nous avons bien noté toutes vos remarques qui sont trop nombreuses pour être citées mais que nous prenons en compte dans la mesure du possible. De même pour vos **demandes** de topinambour, de légumes moins connus, de tomates cerises, d'asperge et d'artichaut, d'endive et de champignon, de cresson (pour ces cinq-là peu d'espoir), de chou fourragé, de panais, de salsifî, de cerfeuil tubéreux, de chou à vache cueilli en petites feuilles et de condiments (basilic, menthe, ciboulette, coriandre, sauge, laurier, thym, romarin, bouquet garni), de fruits, de fruits, de fruits et de produits laitiers...

Recette supplémentaire

Saumon fumé, chou rouge et raifort

Pour 4 personnes

- 1 paquet de cœur de saumon fumé
- ½ chou rouge
- 1 pot d'œufs de saumon
- 25 cl de crème fleurette
- 1 cuil. à café de crème de raifort

- 1 bouquet d'aneth
- 8 mini blinis
- poivre

Rincez, essuyez et taillez le chou rouge en lanières. Coupez le saumon en dés.

Montez la crème fleurette au fouet, incorporez à la fin la crème de raifort. Réservez au frais.

Côté légumes, votre chouchou : la tomate, vous appréciez nos tomates pour la qualité de leur goût et pour les différentes variétés proposées. Vous êtes unanimes ! Ensuite, nous trouvons en tête les salades puis les carottes et les pommes de terre (même si parfois certains-es se sont plaints-tes de la qualité de certaines d'entre elles mais d'autres nous ont affirmé qu'elles ont du goût, un bon goût), puis un peu plus loin sont aussi souvent cités les aubergines, les courgettes, les panais, les petits pois, les haricots verts et violets et les échalotes...

Et nous nous retrouvons avec ce que nous vivons dans le microcosme de nos familles : **les légumes que certains-es aiment et d'autres pas**, les légumes que vous n'avez pas l'habitude de manger ou pour lesquels vous manquez d'idées variées pour les cuisiner ou encore parce que la fréquence de ceux-ci vous dérange. Ainsi, les épinards ont été très appréciés mais aussi déclarés par quelques autres comme non aimés, il en est de même pour les poireaux, les courges, les betteraves, les oignons, les radis et avec la tendance inverse pour les choux (mais c'est surtout la répétition qui gênerait), les radis noir, les fenouils, les navets, les haricots mi-sec et les blettes... Autant, comme pour la tomate, certains légumes ont recueilli que des votes positifs, par contre aucun légume n'a été cité que négativement !

Une partie d'entre vous déclare aimer tous les légumes. Vous appréciez globalement la qualité et la diversité des paniers même si la récurrence de certains légumes peut gêner certains-es d'entre vous. Vous appréciez la découverte du panier chaque semaine et la découverte de «nouveaux légumes», c'est vrai que naturellement nous achetons toujours les mêmes légumes et que le panier permet d'élargir ce panel de façon importante et d'ouvrir nos goûts. Vous êtes contents-es de la qualité des légumes et de leur qualité gustative que vous citez régulièrement spontanément...

La suite sera distillée en petits épisodes...

Déposez le chou rouge au fond de 4 verrines, ajoutez le saumon fumé, couvrez de crème au raifort, parsemez d'œufs de saumon et d'aneth ciselé, poivrez.

Servez aussitôt avec les mini blinis chauds.

<http://www.cuisineactuelle.fr>