



La recette du jour



Suprême de patidou

Préparation : 15 min / Cuisson : 35 min

Pour 4 personnes

- 1 patidou,
- 2 oignons,
- 2 pommes de terre moyennes,
- 20 g de beurre,

- 1 bouillon de légumes
- 25 cl de litre de lait,
- 1 pincée de muscade,
- 1 pincée de gros sel,
- 1 morceau de sucre n°4



Épluchez les oignons, le patidou et les pommes de terre et coupez-les en petits morceaux.

Faites revenir les oignons avec le beurre et ajoutez les morceaux de patidou ainsi que les pommes de terre.

Faites revenir environ 5 minutes puis versez le lait, ajoutez de l'eau pour couvrir les légumes.

Ajoutez le cube de bouillon de légumes, le morceau de sucre la muscade et un peu de gros sel.

Laissez cuire à feu doux pendant 30 minutes, puis mouline le tout en retirant un peu de bouillon que vous réserverez au cas où le suprême serait trop épais (selon les goûts).

Recette issue de : <http://www.lesjardinsduprado.fr/?p=623>

Autres recettes parues dans la Brève :

Tarte au patidou ou potimarron et aux épices n° 115 du mardi, Galette de Patidou et Patidou à l'orange n°160 du vendredi et Langoustines et ses galettes de patidous n°211 ou sur le blog :

<http://jardincocagnenantais.eklablog.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 : jdcnantis@orange.fr



Les brèves du Jardin

N°259*

Année 2011 - semaine 50
Mardi 20 décembre

Bonnes fêtes à tous !

Le jardin ferme jeudi, au programme le matin, protéger les cultures pour qu'elles supportent notre absence... et atelier cuisine, car le midi, nous faisons le **repas de Noël**, après-midi détente... **Nous vous retrouverons début janvier !**

Il nous reste des agenda à vendre, nous vous les repropoisons en janvier pour vos cadeaux en retard, ou pour vous-même...

En parlant **cadeaux**, cette semaine vous avez **du pain aux graines** au prix habituel. Un cadeau commun de Christine Bichon (la boulangère) et du jardin **pour vous remercier de votre soutien** au démarrage de son activité.

Et toujours dans ce thème de Noël : **nous serons jeudi à l'Autre marché, le marché de Noël de l'économie solidaire et sociale** avec 60 exposants-es pour des achats de produits locaux, équitables, solidaires... il se tient square Daviais (www.lautremarche.net).



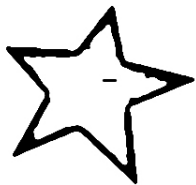
Cette semaine dans votre panier

	Unité	1/2 panier (qt en unité)	Panier (qt en unité)
Chou frisé	kg		0.6
Aubergines à l'huile	pot	1	1
Mesclun	kg		0.1
Patidou	kg	0.6	1.2
Poireau	kg	1	0.8
Pomme de terre	kg	0.5	0.6
Prix panier		7 euros	12 euros

* Conserves à l'huile réalisées à partir de nos légumes d'été
par Méli-Mélo - Rezé - 44

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





Point tempête



Le vent a soufflé fort et les dégâts chez les producteurs sont très importants, à titre d'exemple, 14 tunnels pliés à la Ferme du Soleil... Dur de travailler autant et de se réveiller un matin avec une exploitation hors service ou en partie, suivant les cas...

Nous nous sentons très chanceux car nous avons peu soufferts : quelques portes de tunnels arrachées et seul le tunnel à panier s'est penché lui donnant une allure de Tour de Pise. Le fait d'être dans une cuvette nous protège.



Aubergines à l'huile

Comment déguster les aubergines à l'huile ?

Les aubergines à l'huile peuvent se manger à l'apéro au bout d'une pique ou sur des toasts (pain grillé), vous pouvez les ajoutez à une salade, dans une omelette, avec quelques morceaux de fromage de chèvre sur les légumes, en accompagnement de viande froide, sur des pâtes ou avec une raclette, par exemple...

Nos aubergines et Méli-Mélo

Celles-ci ont été confectionnées avec nos aubergines cet été par l'Atelier Méli-Mélo, un chantier d'insertion qui réalise de la transformation de légumes et qui est situé à Rezé. *« Les légumes sont préparés selon des procédés naturels. Ils ne contiennent pas de conservateurs et d'additifs. Nos méthodes préservent la qualité de nos légumes. Nous cuisinons en nous inspirant de différentes cultures, c'est ce qui nous amène à mélanger les épices et saveurs du monde entier. Nous utilisons différentes méthodes de conservation (huile, vinaigre, pasteurisation) afin que chacun trouve son bonheur dans nos produits »*. Ils font des pickles, chutney, achards, légumes à l'huile...

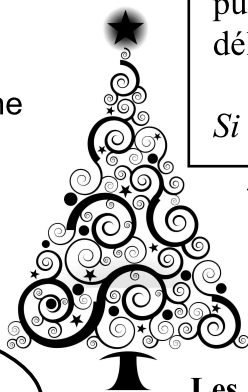
Méli-Mélo fait de la vente directe le vendredi matin de 9H à 13H (et présent sur l'autre marché) :

53 rue de la commune de 1871 - 44400 Rezé - Tél : 02 40 0 5 29 93

Le Jardin de cocagne reconnu d'utilité publique

Le Jardin de Cocagne est une association reconnue d'utilité publique. A ce titre elle est habilitée à recevoir des dons et à délivrer des reçus fiscaux.

Si cela intéresse certains-es...



Légumes du panier



Les pommes de terre sont des Charlottes, pomme de terre à chair ferme, qui convient à la cuisson vapeur, sautée mais ne pas la rôtir. C'est la variété à chair ferme la plus cultivée en France.

Le Mesclun est un mélange de roquette, pourpier et mâche, vous pouvez le mélanger à une salade de crudité ou en agrémenter vos salades vertes !

Le patidou

Crus, ils se consomment râpés avec une vinaigrette.



Vous pouvez le préparer : farcis, frits, en soufflé, à la vapeur, en soupe, en purée, en sorbet, en bavarois, en muffin ou en confiture...

Le patidou est très difficile à éplucher cru, sa peau se mange... si vous voulez l'éplucher, faites-le après cuisson.

Cuisson : Vous pouvez le faire cuire entier à l'eau (20 à 25 mn jusqu'à ce que le couteau rentre dans la chair) ou en tranche à la vapeur 20 mn.

Puis manger-le chaud à la vinaigrette, avec du beurre salé, un filet d'huile d'olive ou encore de la crème fraîche sans oublier un tour de moulin à poivre et même une petite râpée de fève tonka après l'avoir coupé et en avoir enlevé les graines.

Il accompagne bien le poisson papillote, les petites saucisses grillées.

Recettes sucrées : http://www.verte-vallee.fr/comest.php?WEBYEP_DI=9