



L'actualité mijotée des Jardins de Cocagne de Fleurance

Paniers des 27 & 30 octobre 2020

n°160

Edito

Bonjour à tous,

L'opération Octobre Rose va se terminer à la fin du mois. Pour autant, la mobilisation pour mener cette lutte, financer la recherche et aider les personnes atteintes de cancer et leurs proches continue. Vous pouvez encore si vous le souhaitez, remettre vos dons dans l'urne présente à notre comptoir cette semaine.

L'association des Jardins de Cocagne de Fleurance est heureuse d'avoir pu soutenir cette opération.

Bonne nouvelle aux Jardins : la serre à semis est enfin prête ! Ci-contre, quelques photos pour vous faire découvrir l'avancement de ce projet qui nous tenait à cœur et a été plusieurs fois retardé.

Nous pouvons cependant être fiers d'avoir pu honorer ce challenge avant l'arrivée de la pluie, au vu de toutes les absences que nous essayons ces derniers mois et du travail de semis, repiquages et désherbage à réaliser aux champs pour les cultures d'hiver.

N'hésitez pas à descendre la voir en récupérant votre panier.

Bonne semaine à tous

Notre nouvelle serre à semis :)



Saviez-vous que...

Le potiron est un légume facile à sculpter. C'est pourquoi il est devenu assez récemment le symbole d'Halloween.

A vos potirons, Halloween arrive le 31 octobre !



Dans votre panier

		Panier standard	Grand panier
Courge «sweet dumpling»	Pièce	1	2
Chou frisé	Pièce	1	-
Navets «boule d'or»	Kilo	400g	-
Carottes	Kilo	400g	400g
Cèleri rave	Kilo	500g	500g
Radis	Botte	1	1
Chicorée frisée	Botte	1	1
Poireaux	Kilo	-	600g
Choux de Bruxelles	Kilo	-	500g
Choux raves	Pièce	-	2
Ail	Kilo	-	200g
Qté d'articles		7	9

Et si vous mijotiez...

• Courge «sweet dumpling» farcie

Pour 1 personne :

- 200 g de champignons
- ½ oignon
- ½ botte de persil
- 1 gousse d'ail
- 10 cl de crème
- 1 jaune d'oeuf

1 - Coupez le chapeau de la courge et évidez-la en gardant la garniture. Emincez les champignons et l'oignon. Faites-les suer dans une poêle chaude huilée avec les morceaux de chair de courge pendant 15 minutes.

2 - Garnissez-en la courge. Puis ajoutez des feuilles de persil la crème et enfin le jaune d'oeuf. Couvrez avec le chapeau.

3 - Enfouissez à 180°C pendant 20 minutes avec un fond d'eau.

Savourez chaud !

Le saviez-vous ? Sweet Dumpling veut dire «boulette sucrée». C'est une variété de courge très douce en goût et esthétique avec ses couleurs blanches et vertes.

Elle est aussi connue sous le nom de «patidou» et plaira notamment aux enfants.



• Poêlée d'hiver

Pour 4 personnes :

- 2 ou 3 navets
- 2 oignons (rouges si possible)
- Quelques pommes de terre de calibre moyen
- 4 carottes
- 250 g de lardons

1 - Epluchez et coupez en morceaux les pommes de terre. Après les avoir rincés, coupez les navets en morceaux. Epluchez et émincez les oignons. Coupez les carottes en rondelles.

Faites revenir le tout dans une sauteuse à feu moyen huilée.

2 - Après 25 min de cuisson ajoutez-y les lardons, couvrez et prolongez la cuisson de 10 min.



On reste en contact

Sur notre page Facebook :

Les Jardins de Cocagne de Fleurance

Sur notre site internet :

jardinsdecocagnedefleurance.com

Par téléphone : 06.81.48.76.32

Par e-mail : jardinsdecocagne@orange.fr

Sur notre exploitation : «Au bouquet»

Route de Sainte-Radegonde à Fleurance

Accueil du public : lun. au ven. de 8h à 13h