



# La Feuille de Chou

## Du Jardin de Cocagne N°51 - 2020

7 bis rue de La Coulébart 22100 Léhon 02 96 87 06 93

[relationadherents@lesamisdujardin.bzh](mailto:relationadherents@lesamisdujardin.bzh)



@JardindeCocagneDinan

Légumes issus de l'agriculture biologique, certifiés par ECOCERT, licence N°200416P, origine France, catégorie II

\* Légumes cultivés sur une parcelle en conversion vers l'agriculture biologique/\*\*issu de graine non traitée

### Nos Paniers

Légumes	Prix unit.	1/2 part Quantité	Prix	Part pleine Quantité	Prix
Céleri rave	3,00€	500g	1,50€	1Kg	3,00€
Chou de Bruxelles <sup>1</sup>	4,50€	350g	1,57€	700 g	3,15€
Oignon jaune	3,00€	400g	1,20€	800g	2,40€
Pomme de terre*	1,80€	600g	1,08€	1,2 kg	2,16€
Poireau*	2,60€	500g	1,30€	1 Kg	2,60€
Salade	1,20€	1 pièce	1,20€	2 pièces	2,40€
<b>Prix Paniers</b>		<b>7,55 €</b>		<b>15,71 €</b>	

La composition indiquée peut présenter quelques changements de dernière minute. Merci de votre compréhension.

<sup>1</sup> ou choux divers



**Prévisions (indicatif)**  
Sémaine 52  
Courge  
Poireau  
Mâche

### Expression libre d'un jardinier : Mélissande

Je me présente, Mélissande, 28 ans, je suis au Jardin depuis mi-Juillet.

Après une formation en Arts Plastiques à l'Université de Rennes où j'ai pu découvrir et approfondir la peinture à l'huile, j'ai connu une perte de sens face à ma place dans ce milieu. J'y ai appris des choses fantastiques, mais j'avais besoin de trouver une voie plus terre à terre... Après avoir stoppé ma 1ère année de master, que je passais en Belgique, j'ai repris pied par le biais d'un service civique. J'ai pu découvrir à Bruxelles une micro-ferme maraîchère biologique, avec des gens passionnés qui m'ont donné le goût du travail de la terre, avec un grand respect pour la nature et l'humain. Par la suite, j'ai eu l'occasion de m'installer très (trop ?) vite au sein d'un éco-lieu pour y monter mon exploitation en permaculture. Deux années très enrichissantes, mais je n'avais peut-être pas assez de recul, ni d'expérience ailleurs pour mener à bien ce projet. Ce métier demande une organisation très rigoureuse mais à adapter à chaque instant, car nous sommes tributaires de la nature ; un engagement physique et psychologique énorme pour un revenu très modeste... mais qui est nécessaire pour nourrir les gens sainement, tout en prenant soin de la biodiversité ! Mais j'ai été perdue dans ce trop-plein de responsabilité, sans y être assez préparée...

Tuyau écolo : pour emballer vos cadeaux de Noël, utilisez des foulards, ou morceaux de tissu noués en baluchon pour remplacer le papier cadeau ! Aussi joli, et à double utilité, « le meilleur déchet est celui qu'on ne produit pas ! »

### Livraison pain - Semaine 52

Pour les personnes ayant commandé du pain/brioche, la livraison se fera le mardi 22 et le mercredi 23 décembre de 14h à 17h30. Merci de prévoir le règlement pour ce jour.

### Les recettes de la semaine autour du céleri

#### Plutôt chaud ? Gratin pommes de terre et céleri

Ingrédients (2 pers.) : 400g de pommes de terre, 200g de céleri, 2 tranches de jambon blanc, 1 boule de mozzarella, 2 c. à s. de parmesan, 50 cl de béchamel.

- Eplucher et couper les pommes de terre et le céleri en rondelles de 5 mm d'épaisseur. Faire cuire 20 min dans l'eau salée.
- Préparer la béchamel
- Egoutter les légumes et les répartir dans un plat à gratin, recouvrir de béchamel, puis du jambon en lamelles. Mettre le restant de légumes puis recouvrir de béchamel. Ajouter la mozza et le parmesan.
- Enfourner 35min à 180°, et faire gratiner quelques minutes.

#### Plutôt froid ? Céleri rémoulade

Ingrédients (4 pers.) : 1 jaune d'œuf, 1 c. à s. de moutarde, 20 cl d'huile, sel et poivre, 1 c. à s. de jus de citron ou de vinaigre.

- Eplucher et râper finement le céleri.
- Préparer la sauce : dans un saladier mélanger le jaune d'œuf avec la moutarde, verser l'huile en filet en mélangeant avec un fouet ou un batteur électrique. Mélanger jusqu'à ce que la sauce prenne la consistance d'une mayonnaise ferme. Ajouter le citron/vinaigre. Saler et poivrer.
- Mélanger le céleri dans cette sauce, c'est prêt !

**Bon appétit !**

### Fêtes de fin d'année ...

#### Paniers en semaines 52 :

la distribution du mardi 22 décembre est maintenue, celle du vendredi 25 est avancée au mercredi 23 décembre.



**Fermeture annuelle** du jardin en semaine 53 : pas de panier.



**Côtes d'Armor**  
le Département

L'assistance technique est cofinancée par le FSE dans le cadre du PON « Emploi - Inclusion »2014-2020