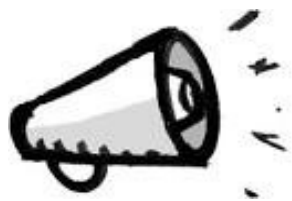


SEMAINE 37

Mercredi 12 et jeudi 13 Septembre 2018



ÉCHO COCAGNE

« *Au Jardin, je me cultive* »

Parole de jardinier



Vous avez besoin de légumes,

Ils ont besoin d'un travail !



ENSEMBLE CULTIVONS LA SOLIDARITÉ !

Le Jardin de Cocagne Angevin - La Bouvarderie -
49124 St Barthélemy d'Anjou
Tél : 02 41 93 19 19 - mail : contactcocagne@jdca49.org



Mon panier de légumes :

Panier à 8 €

- Haricot vert (500 g)
- Patate douce (500 g)
- Pomme de terre (500 g)
- Tomate (500 g)
- Salade (1 pièce)

Panier à 11 €

- Aubergine (600g)
- Concombre 1 pièce)
- Haricot vert (500 g)
- poivron (200 g)
- Pomme de terre (500g)
- Tomate (600g)
- Salade (1 pièce)

Panier à 16 €

- Courgette (400 g)
- Haricot vert (1 kg)
- Patate douce (800 g)
- Poivron (200 g)
- Pomme de terre (800 g)
- Tomate (800g)
- Salade (1 pièce)

Gratin aux haricots verts

La recette

Ingrédients pour
6 personnes :

- 500 g d'haricot vert
- 400 g de lard fumé
- Muscade
- 1 oignon
- gruyère rapé
- 2 tomates
- sel /poivre et

1 – Faites cuire les haricots verts à la vapeur

2- Couper le lard fumé en dés, et faites le revenir à sec

2- Dans une poêle, faites revenir l'oignon haché et les tomates coupées en dés

3 – Rajouter les haricots verts, et les lardons. Saler et poivrer

4- Mettez le tout dans un plat allant au four et saupoudrez de noix de muscade râpée.

5- Saupoudrez ensuite généreusement de gruyère râpé et passez au four pour faire fondre le gruyère.

Bon appétit !



LES ÉCHOS DE LA SEMAINE 37

**A tous les adhérents du Jardin de Cocagne Angevin
A tous les sympathisants du Jardin de Cocagne Angevin**

Madame, Monsieur,

Au nom du Conseil d'Administration, j'ai le plaisir de vous inviter à un pique-nique partagé, avec l'ensemble des adhérents et sympathisants de l'association,

**le vendredi 21 septembre 2018
à partir de 19h
au Jardin de Cocagne Angevin à Saint Barthélemy d'Anjou**

Cet événement, inscrit dans la lignée de la célébration prochaine des 20 ans de l'association, sera l'occasion d'apprendre à mieux se connaître et d'échanger ensemble dans une ambiance festive et conviviale.

Afin que nous puissions préparer la soirée au mieux, merci d'indiquer les types de plats et de boissons amenés et de confirmer votre présence à Fanny, par mail ou par téléphone.

Bien cordialement,

Jean François FRIBAULT
Président



Site internet : <http://www.jardin-cocagne-angers.org/>

Mail : contactcocagne@jdca49.org Tél : 02 41 93 19 19



SEPTEMBRE : le mois de la rentrée !

Les cartables sont ressortis, l'été s'achève....

Nous allons tout de même profiter des derniers légumes d'été qui jouent les prolongations avec le temps estival que nous avons en ce moment.

Dans les semaines à venir le jardin va se vider peu à peu, avec la récolte des pommes de terre qui seront stockées dans nos frigos, puis se sera au tour des légumes racines (carottes, céleris, navets, radis noirs...) de rejoindre leurs lieux d'hivernage.

Le panier du Jardin de Cocagne va peu à peu prendre des couleurs automnales, les cucurbitacées ont d'ailleurs déjà faits leurs apparitions !

Nous sommes souvent démunis pour cuisiner ces légumes, alors n'hésitez pas à m'envoyer des idées de recettes que nous diffuserons.

Merci pour votre collaboration

