

SEMAINE 49

Mercredi 05 et jeudi 06 décembre 2018



ÉCHO COCAGNE

« *Au Jardin, je me cultive* »
Parole de jardinier



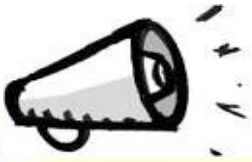
Vous avez besoin de légumes,

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 €

- Carotte (500 g)
- Courge spaghetti (1 pièce)
- Panais (300 g)
- Poireau (500 g)
- Pomme de terre (600 g)
- Salade (1 pièce)

Panier à 11 €

- Echalote (200 g)
- Carotte (600 g)
- Courge spaghetti (1 pièce)
- Navet (300g)
- Poireau (800 g)
- Pomme de terre (700g)
- Salade (1 pièce)

Panier à 16 €

- Carotte (1 kg)
- Céleri rave
- Chou lisse (1 pièce)
- courge spaghetti (1 pièce)
- Poireau (1 kg)
- Pomme de terre (800 g)
- Salade (1 pièce)

Gratin de courge spaghetti

La recette

Ingrédients pour

4 pers :

- 1 courge spaghetti
- 6 œufs
- 1 petit pot de crème fraîche
- jambon
- muscade
- gruyère râpé
- sel et poivre

- 1- Laver la courge et la plonger dans l'eau bouillante. Faire cuire pendant 45 mn.
- 2- La sortir de l'eau. Laisser refroidir, ôter les graines. Défaire les spaghetti de la peau (ils viennent très facilement)
- 3- Battre les œufs, ajouter la crème. Assaisonner, râper la noix de muscade. Ajouter le fromage et le jambon.
- 4- Verser les spaghetti dans un plat. Ajoute et faire cuire à four chaud th 6 pendant 30 mn.

Bonne dégustation !





LES ÉCHOS DE LA SEMAINE 49

L'association sera présente à la deuxième édition des Galeries Recyclettes, organisée par l'IRESA (réseau de l'économie sociale et solidaire de l'Anjou), le dimanche 9 décembre à la salle Athlétis des Ponts-de-Cé, de 9h à 18h.

Au programme : sensibiliser les habitants de l'Anjou à la réduction des déchets par le réemploi sous toutes ses formes (réutilisation, réparation, détournement) et faire connaître les structures de l'économie sociale et solidaire expertes du sujet. Trois espaces de stands seront mis en place : un pôle "boutiques du réemploi", un pôle "animations/sensibilisation/information" et un pôle "boutiques de créations upcycling".

Mais pour cet événement, nous aurions besoin de plusieurs bénévoles afin de nous aider à tenir le stand !

Si vous êtes partant(e)s, contactez Fanny par mail : contactcocagne@jdca49.org ou par téléphone : 02 41 93 19 19.



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

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



LES ÉCHOS DE LA SEMAINE 49

Merci à tous ceux qui nous ont proposé un peu de leur temps mais nos besoins ne sont pas encore couverts pour les livraisons et distributions de paniers :

- Le mercredi entre 14 H et 19 H
- Le Vendredi entre 15 H et 19 H.

Si vous pouvez vous libérer sur l'un des deux créneaux, contacter moi par mail :

s.dieumegard@jdca49.org ou par tel au 02 41 93 19 19.

Merci par avance.

Sophia



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

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