

**SEMAINE 32**  
**Vendredi 9 août 2019**



# 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](mailto:contactcocagne@jdca49.org)**



## Mon panier de légumes :

### Panier à 8 €

- Aubergine (800g)
- Concombre (1 pièce)
- Fenouil (1 pièce)
- Tomate (800g)
- 1 salade

### Panier à 11 €

- Aubergine (800 g)
- Courgettes (600g)
- Concombre (2 pièces)
- Fenouil ( 2 pièces)
- Tomate (1kg)
- 1 salade

### Panier à 16 €

- Aubergine (800g)
- Courgette (1kg)
- Concombre (2 pièces)
- Fenouil (3 pièces)
- Tomate (2kg)
- 1 salade
- 1 bouquet de basilic

## La recette

### Moussaka végétarienne

#### Pour 4 personnes

*20 mns de préparation  
40 mns de cuisson  
(recette syrienne)*

#### Ingrédients :

- 4 aubergines taillées en cubes
- 400 g de tomates
- 3 oignons pelés et émincés
- 3 gousses d'ail pelées et hachées
- 1 bouquet de persil ciselé
- 1 poivron rouge épépiné et émincé
- 1 petite boîte de concentré de tomates
- 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- sel et poivre

1 – Dans une grande poêle, faites chauffer 2 cuillères à soupe d'huile à feu doux

2- Ajoutez les oignons, salez et laissez fondre 2 mns

3- Ajoutez le poivron, poivrez et mélangez

4 – Après 1 mn de cuisson, ajoutez les aubergines et l'ail

5- Salez, poivrez et arrosez de l'huile restante et faites revenir 5mns à feu moyen

6- Incorporez les tomates et le concentré

7 - Couvrez et laissez mijoter 30 mns à feu moyen en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que les aubergines soient fondantes

8 – Parsemez de persil et servez tiède ou froid.



***Elles sont toujours là,, Venez en profiter  
C'est le FESTIVAL de nos  
TOMATES ESTIVALES !***

***Farcies ou en salades  
En coulis ou en sauces  
En ratatouilles ou en bocaux...***

***Nos cagettes de 5 KGS, au prix de 10 €, vous  
attendent sur le site de La Bouvarderie vendredi  
entre 11h00 et 18h30.***

En raison de la météo actuelle, ces tomates arrivent à maturité rapidement ; n'hésitez pas à en parler autour de vous - à votre famille, à vos amis, à vos voisins- ainsi qu'à communiquer auprès d'acteurs économiques susceptibles d'être intéressés par notre production : restaurateurs, guinguettes, épiceries, campings,,,,



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

Mail : [contactcocagne@jdca49.org](mailto:contactcocagne@jdca49.org) Tél : 02 41 93 19 19



LES **ÉCHOS** DE LA SEMAINE 32

## Des légumes tout l'été !

**Le Jardin de Cocagne Angevin reste ouvert tout l'été.**

Venez comme **chaque vendredi** sur notre marché à la Bouvarderie à St Barthélémy d'Anjou entre 11 H et 18 H30 et retirer votre panier entre 11 H et 19 H.

En raison des fermetures des Maisons de Quartier d'Angers, **la distribution des paniers se fera exclusivement le vendredi sur notre site à la Bouvarderie, les semaines 32 et 33 soit du 5 au 17 août.**

Si vous souhaitez prendre un panier pendant ces deux semaines vous devez nous en informer par mail : [s.dieumegard@jdca49.org](mailto:s.dieumegard@jdca49.org) ou par téléphone au 02 41 93 19 19.

### **ATTENTION :**

**La semaine 33 est « grisée » sur le calendrier d'abonnement pour simplement vous informer d' un jour férié, (jeudi 15 août).**



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

Mail : [contactcocagne@jdca49.org](mailto:contactcocagne@jdca49.org) Tél : 02 41 93 19 19