

SEMAINE 45
Vendredi 8 novembre 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**



Mon panier de légumes

Panier à 8 €

- Oignon rouge (200 g)
- Carotte (500 g)
- Courge butternut (1 pièce)
- Poireau (500 g)
- Pomme de terre (500g)
- Salade (1 pièce)

Panier à 11 €

- Oignon rouge (200g)
- Carotte (800 g)
- courge butternut (1 pièce)
- Poireau (800 g)
- Pomme de terre (500 g)
- Salade (1 pièce)

Panier à 16 €

- Oignon rouge (200g)
- Aubergine (600 g)
- Carotte (800 g)
- Courgette (600 g)
- courge Spaghetti (1 pièce)
- Poireau (800 g)
- Pomme de terre (800 g)
- Mâche (250 g)

La recette

Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 1 courge butternut
- 200 g de poitrine fumée
- 2 cuil à soupe d'herbes hachées (cerfeuil, persil..)
- 2 cuill à soupe de pignon de pin
- poivre
- muscade
- crème fraîche
- parmesan râpé.

Gratin de courge butternut

1-A l'aide d'un bon couteau, couper la butternut en cubes de 3 cm environ et éplucher ensuite les morceaux .Cuire les morceaux 5 mn à la vapeur ou dans un fond d'eau non salée. Les morceaux doivent être tendres, mais ne pas s'effondrer.

2-Pendant la cuisson, hacher grossièrement la poitrine fumée.

3-Disposer les morceaux de courge et de poitrine dans un plat à gratin, en mélangeant délicatement .Parsemer d'herbes hachées et de pignon de pin.

4-Assaisonner de noix de muscade et de poivre .Verser une « lichette » de crème fraîche et saupoudrer de parmesan râpé

5- Enfourner 20 mn environ dans un four à 220 °.

Servir chaud accompagné d'une salade verte.



URGENT : Nous recherchons des bénévoles pour nous aider à récolter les pommes de terre

Des défaillances de matériel, le temps pluvieux ont retardé la récolte des pommes de terre. Il devient très urgent de finir au plus vite cette récolte mais pour cela nous avons besoin d'aide.

Difficile de vous donner une journée ou horaire précis car il ne faut pas qu'il pleuve !

Si vous avez du temps même quelques heures transmettez nous vos possibilités par mail :

Contactcocagne@jdca49.org Ou par tel 02 41 93 19 19,

Nous vous contacterons en fonction de nos besoins .

MERCI !



LES ÉCHOS DE LA SEMAINE 45



L'association sera présente à la **troisième édition des Galeries Recyclettes**, organisée par l'IRESA (réseau de l'économie sociale et solidaire de l'Anjou), le dimanche 1er décembre, de 9h à 18h, à la salle Athlétis des Ponts-de-Cé.

Il y aura quoi ?

2700m² de boutiques d'objets d'occasion, de créations upcycling, d'ateliers, d'infos et de bons plans...Mais aussi un bar et une restauration sur place

Pour quoi faire ?

des emplettes : pour remplacer la série de verres que vous venez de casser, pour enfin trouver le vinyle collector de Niagara que vous cherchiez, pour vos cadeaux de Noël...

apprendre : savez-vous fabriquer un porte-monnaie ? Un sapin de Noël ? Réparer votre grille-pain ?

des découvertes : comment consommer autrement ? Réduire ses déchets ? C'est quoi l'économie sociale et solidaire ? Il y a des gens juste à côté de chez vous pour vous répondre !

se détendre : manger, boire, papillonner...

Pour cet événement, nous aurions comme d'habitude besoin de plusieurs bénévoles afin de nous aider à tenir le stand !

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



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

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