

# SEMAINE 2

Mercredi 13 et jeudi 14 janvier 2021



## ÉCHO COCAGNE

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



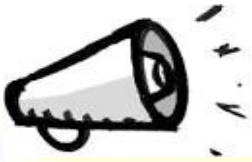
Vous avez besoin de légumes,

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 €

- Oignon jaune (100 g)
- Carotte (600g)
- Chou lisse (1 pièce)
- Poireau (900 g)
- Pomme de terre (700 g)
- Salade (1 pièce)

### Panier à 11 €

- Oignon jaune (200 g)
- Carotte (800 g)
- Chou lisse (1 pièce)
- Poireau (800 g)
- Pomme de terre (900 g)
- Radis noir (300g)
- Rutabaga (400g)
- Salade (1 pièce)

### Panier à 16 €

- Oignon jaune (200 g)
- Betterave (600g)
- Carotte (800g)
- Chou lisse (1 pièce)
- Fenouil (600 g)
- Navet (500 g)
- Poireau (1 kg)
- Pomme de terre (1 kg)
- Rutabaga (400 g)
- Salade (1 pièce)

## Cannelloni à la saucisse et au chou

*La recette*

### Ingrédients pour 4 personnes :

- 16 cannellonis sans précuisson
- 250 g de saucisse de Toulouse
- ½ chou
- 1 oignon
- 10 cl de vin blanc
- 25 cl de bouillon de volaille
- 1 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 75 g de beurre
- 60 g de farine
- 75 cl de lait
- 80 g de parmesan râpé
- 80 g d'emmental râpé
- noix de muscade, sel, poivre

1-Coupez le chou en deux. trognon. Et le émincez-le finement. Faites-le cuire dans une casserole d'eau bouillante salée, 5 min puis égouttez. Fendez la saucisse. Otez la peau et écrasez la chair à la fourchette.

2- Chauffez l'huile dans une poêle. Faites-y fondre l'oignon ciselé, 2 à 3 min. Ajoutez la saucisse. Laissez revenir 5 min.

Arrosez de vin blanc. Laissez-le s'évaporer puis versez le bouillon. Ajoutez le chou.

Poursuivez la cuisson en mélangeant souvent, 10 min. Salez, poivrez. Laissez tiédir avant de remplir les cannellonis de cette farce.

4-Faites fondre 60 g de beurre dans une casserole. Mélangez-y la farine. Délayez avec le lait. Portez à ébullition en tournant.

Assaisonnez cette béchamel de sel, poivre et muscade. Hors du feu, incorporez 40 g de parmesan.

5-Préchauffez le four à 190 °C (th. 6/7). Versez un peu de béchamel dans 4 plats à gratins beurrés. Rangez-y les cannellonis. Nappez de béchamel. Parsemez d'emmental et du parmesan restant. Enfournez pour 30 min.



## LES ÉCHOS DE LA SEMAINE2

### Attaque de la mouche mineuse !

Cette petite mouche pond ses œufs à proximité des poireaux. L'asticot mange les feuilles dans lesquelles il creuse une galerie qui le protège des attaques extérieures. Ce ravageur est de plus en plus présent.



Pour éviter cette contamination, nous posons un voile anti insectes pendant l'été et l'automne. Normalement avec le froid il n'y a plus de risque, alors nous avons enlevé les voiles ! Mais cette année avec cette douceur la mouche a continué à faire des ravages dans nos poireaux !

Vous avez sans doute fait le constat en épluchant votre poireau ! Malheureusement il n'y a rien à faire !

Pour compenser cette perte nous avons baissé le prix du poireau.

C'est malheureusement tout ce que nous pouvons faire !

Merci pour votre compréhension.



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 2

### PETITE ANNONCE :

Berket, ancienne jardinière, recherche des heures de ménage. Elle peut se rendre à votre domicile sur Angers et sa première couronne.

Si vous êtes intéressé contactez là au 07 66 09 62 99.



Site internet : <http://www.jardin-cocagne-angers.org/>  
Mail : [contactcocagne@jdca49.org](mailto:contactcocagne@jdca49.org) Tél : 02 41 93 19 19