

Mercredi 13 et jeudi 14 Octobre 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**



Mon panier de légumes :

Panier à 8 €

- Carde (600 g)
- Carotte (600 g)
- Courge spaghetti (1 pièce)
- Fenouil (1 pièce)
- Poivron (200 g)
- Pomme de terre (700 g)

Panier à 11 €

- Oignon rouge (200 g)
- Carotte (800 g)
- Courge spaghetti (1 pièce)
- Patate douce (700g)
- Poireau (600 g)
- Pomme de terre (800 g)
- Radis Rave (500 g)

Panier à 16 €

- Oignon rouge (200 g)
- Carotte (800g)
- Courge Spaghetti (1 pièce)
- Epinard (800 g)
- Fenouil (1 pièce)
- Patate douce (600 g)
- Poireau (800 g)
- Pomme de terre (800 g)
- Poivron (300 g)
- Mâche (200 g)

Courge spaghetti à la crème et aux lardons

La recette

Pour 8 personnes :

- Courge spaghetti (environ 2 Kg)
- 2 oignons
- 200 g de lardons
- 25 cl de crème fraîche épaisse
- 100 g de parmesan

1-Faire cuire la courge spaghetti entière, 30 min dans une cocotte-minute ou 1h dans une casserole d'eau bouillante.

2-Une fois bien cuite, couper la courge en deux dans le sens de la longueur, enlever les graines et récupérer la chair à l'aide d'une fourchette. Laisser égoutter.

3-Dans un wok ou une poêle, faire revenir les lardons et les oignons.

4-Ajouter les spaghettis de courge et la crème. Saler et poivrer et enfin saupoudrer de parmesan.



Récoltes hivernales : Nous avons de bras !

L'automne est arrivé et il nous faut maintenant stocker les légumes racines qui serviront pendant plusieurs mois entre autre à alimenter les paniers du Jardin de Cocagne.

Nous sommes en train de récolter les carottes, les céleris raves, les navets, radis noirs, rutabagas

Malgré les efforts et la mobilisation des jardiniers, nous devons augmenter les forces de travail !

Si vous êtes disponible même une demi journée contacter Rémy au 06 33 58 90 94.

Les horaires de bénévolat sont pour le matin entre 8 H et 12 H et pour l'après midi entre 13 H 30 et 17 H30.

Merci par avance





LES ÉCHOS DE LA SEMAINE 41

LES MARCHES BIO DE COCAGNE



Chaque vendredi entre **10 H et 18 H30**, nous vous accueillons sur le marché de Cocagne. Vous y trouverez les légumes cultivés sur le Jardin de Cocagne, mais aussi des fruits et des produits d'agriculteurs locaux (viande, pain, pâtes ...)
Le marché se fait sur notre site à la Bouvarderie à St Barthélémy d'Anjou.

Le Jardin de Cocagne est également présent tous les mardis près du café associatif de Belle Beille, 8 rue Edouard Floquet entre 17 H et 19 H.

Nous vous proposons sur ce marché des légumes et des fruits bio. Venez nous découvrir, d'autres producteurs sont aussi présents !



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

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