



Nos marchés sur site



Votre panier



les jardins
d'IDÉES
atelier et chantier d'insertion

L'HEBDO

Semaine 2 du 8 au 12 janvier 2024



Mercredi : de 9h à 12h30
+ producteurs locaux
(pain, viande de bœuf)

Vendredi de 9h à 12h

Samedi : de 9h à 12h



Les Jardins d'IDÉES

5 bis rue Sous-Roches 25550 BAVANS

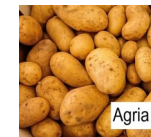
03 81 92 61 80 contact@jardins-idees.fr

Offres du moment

- Il reste quelques sacs de **pommes bio** en sac de 5kg, Variété Galiwa : Idéale à croquer. **16€ le sac de 5kg, Soit 3.20€/kg**



- **Pommes de terre bio** Variété Agria en sac de 10kg Origine : Mont de Gy, Haute-Saône **20€ le sac de 10kg, soit 2€ le kg**



Pour commander :

- Par téléphone 03 81 92 61 80
- par mail contact@jardins-idees.fr
- ou directement sur

<https://jardinsidees.cocagnebio.fr/products>

LEGUMES	Petit		Grand		Conseil de conservation
Pomme de terre	1kg	2.30€	1kg	2.30€	2-3 semaines dans un endroit frais et sec . Variété Désirée
Courge bleue			1kg	2.60€	1 semaine au frigo. Variété Blue Ballet
Carotte	800g	1.84€	1kg	2.30€	1 semaine au frigo
Navet	600g	1.56€	800g	2.08€	1 semaine / 10 jours au frigo
Mâche	150g	1.50€	220g	2.20€	Quelques jours au frigo
Oignon jaune	500g	1.25€	700g	1.75€	2-3 semaines dans un endroit frais et sec
Salade			1 pièce	1.30€	Quelques jours au frigo
TOTAL		8,45€		14,53€	



Bonne année 2024 !

Toute l'équipe des Jardins d'IDÉES vous souhaite une excellente année 2024 !



Cette année encore, nous mettrons tout en œuvre pour vous proposer de beaux et bons légumes dans vos paniers !



Nouvelles des jardins

Après deux semaines de fermeture, le jardin se remet en marche sans plus attendre et reprend sa cadence rythmée du lundi matin. La neige a fait son apparition surprise et le froid avec ! Après 2 semaines de températures plus clémentes, la transition n'est pas évidente pour les salariés qui sont aux champs.



Nous avons déjà fait le tour de l'ensemble des installations pour voir si tout était en ordre. Mis à part un toit de cabane de champs affaissé par la neige, aucun dégât n'est à déplorer. Sébastien, encadrant maraîcher depuis 4 ans et demi, va prendre de nouvelles responsabilités dans l'organisation de la production aux Jardins et prévoit quelques innovations pour l'année 2024.

Sur la fertilisation tout d'abord, nous allons utiliser le plus de possible de fumier de cheval à la place de granulés d'engrais bio. Le fumier va nous demander plus de temps pour l'épandage mais c'est un meilleur apport pour les sols, car les éléments nutritifs seront plus disponibles pour les légumes.

Depuis 2 ans nous avons lancé des cultures de chou-fleur et de brocoli sous tunnel. Les essais commencent à être concluants et nous allons étendre l'expérimentation sur le chou rouge, sous tunnel également. Contrairement au plein champ, il est plus facile de maîtriser certains paramètres cultureux dans un tunnel. Autre innovation, nous avons également acheté des plants de rhubarbe que nous planterons ce début d'année, mais qui ne commenceront à produire qu'à partir de l'année prochaine. Enfin, un objectif qui n'est pas des moindres, est de mieux maîtriser les cultures d'inter-saisons pour vous proposer plus rapidement des légumes primeurs, comme des épinards ou de la mâche en automne par exemple.

Partenariat Réseau Cocagne / Banques alimentaires



Régulièrement, nous avons pour habitude de donner nos légumes invendus ou abimés à la Banque alimentaire de Montbéliard. Ce partenariat devrait prendre une forme complémentaire en 2024.

Le Réseau Cocagne, qui regroupe les Jardins de Cocagne en France (dont nous faisons partie) et la Fédération nationale des Banques Alimentaires ont récemment conclu un accord sur une action de coopération commune. Des fonds publics spécifiquement dédiés à l'achat de denrées locales ont été débloqués pour les structures de l'aide alimentaire.

A ce titre, et dans une démarche expérimentale, 15 Jardins de cocagne en France vont vendre des légumes bios, locaux et solidaires au réseau des Banques Alimentaires afin que ceux-ci soient proposés aux bénéficiaires de l'aide alimentaire.

Nous faisons partie de ces jardins et sommes le seul en Bourgogne-Franche-Comté à participer à l'action. Nous nous sommes engagés à livrer 10 tonnes de légumes (navets, betteraves, radis noir...) qui seront distribués aux 10 antennes de la région. 3 tonnes ont déjà été livrées fin décembre et les suivantes le seront au cours du mois de janvier 2024.

Si le partenariat est concluant, plusieurs jardins pourraient approvisionner plus régulièrement les Banques alimentaires, en cultivant spécifiquement des légumes pour ces structures.

Cette action rentre pleinement en cohérence sur les sujets d'alimentation de qualité et de proximité pour tous que nous portons, et nous sommes fiers de participer à l'expérimentation de cette action qui, nous l'espérons, se pérenniera.



Recettes

Pommes de terre sautées

proposée par M. Pivazan (Kurdistan), salarié d'un jardin de cocagne partenaire.

Faites bouillir 700g de pommes de terre pelées et coupées en 2 pendant 30 minutes dans une casserole d'eau salée. Egouttez et laissez tiédir.



Mettez l'huile à chauffer dans une sauteuse, ajoutez 1 gros oignon pelé et finement émincé et laissez fondre 5 minutes dans une poêle. Ajoutez 1 c à soupe de concentré de tomates et faites cuire 2 minutes de plus. Salez et incorporez 1 grosse noix de beurre.

Coupez les pommes de terre en cubes et déposez-les dans la sauteuse.

Enrobez-les de sauce en mélangeant délicatement pour éviter de les écraser. Poivrez et servez aussitôt.

Une petite salade de mâche accompagnera à merveille ce classique revisité !

Soupe à l'oignon

Avec le retour du froid, rien de tel qu'une recette réconfortante comme la soupe à l'oignon !

Epluchez 300g d'oignon en rondelles. Faites fondre 20g de beurre dans une casserole et faites revenir les oignons jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Saupoudrez d'1 c à soupe de farine, mélangez et laissez sur le feu pendant encore



30s. Salez, poivrez et déglacez avec un peu de vin blanc ou de cognac (facultatif). Ajoutez 40cl de bouillon chaud et laissez cuire à couvert pendant 30mn.

Versez la soupe dans des bols qui vont au four. Mettre une tranche de pain grillé (de campagne ou de mie) sur le dessus et recouvrir de fromage râpé. Faites gratiner au four 5mn sur le grill avant de déguster.

Bon appétit !