



Nos marchés sur site



Votre panier



les jardins  
d'**IDÉES**  
atelier et chantier d'insertion

## L'HEBDO

Semaine 5 du 29 janvier au 2 février 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](mailto:contact@jardins-idees.fr)

## Offre du moment

- **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](mailto:contact@jardins-idees.fr)
- ou directement sur

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

LEGUMES	Petit		Moyen		Grand		Conseil de conservation
Pomme de terre			500g	1.15€	1kg	2.30€	2-3 semaines au sec/noir. Origine Haute-Saône / variété Désirée
Pomme de terre grenaille	600g	1.02€					2-3 semaines au sec/noir. Origine Haute-Saône / variété Désirée
Panais	600g	1.62€	500g	1.35€	500g	1.35€	1 semaine / 10 jours au frigo
Rutabaga	900g	2.16€	900g	2.16€	1kg	2.40€	1 semaine / 10 jours au frigo
Salade Batavia	1 pièce	1.30€	1 pièce	1.30€	1 pièce	1.30€	3-4 jours au frigo
Confiture	1 pot	2.90€	1 pot	2.90€	1 pot	2.90€	Produit transformé à la Damassine par nos équipes avec nos petits fruits
Chou deadon					~950g	2.85€	1 semaine / 10 jours au frigo
Mâche			170g	1.70€	210g	2.10€	2-3 jours au frigo
Epinard			500g	2.50€			
Persil plat					1 bouquet	1.80€	1 semaine au frigo, enveloppé dans du sopalin mouillé
<b>TOTAL</b>		<b>9€</b>		<b>13.56€</b>		<b>17€</b>	



## Nouvelle formules paniers

A partir de cette semaine, les nouvelles formules entrent en vigueur :

- ◆ Petit panier à 9€
- ◆ Moyen panier à 13,50€
- ◆ Grand panier à 17€

**Vos abonnements ont donc évolué vers ces nouvelles formules à partir du lundi 29 janvier 2024. Par défaut, sans réponse de votre part :**

- **Les anciens abonnements « petit » à 8.50€ sont passés à la nouvelle formule « petit » à 9€**
- **Les anciens abonnements « grand » à 14.50€ sont passés à la nouvelle formule « moyen » à 13.50€**
- **Vous souhaitez passer à l'abonnement à 17€ ou changer de formule : contactez-nous !**

Bien sûr il est toujours possible de changer de formule plus tard et de tester temporairement une nouvelle formule pour voir si celle-ci vous convient.

Concernant les règlements :

- Paiement en chèque : Selon la formule choisie, il y aura un chèque de régulation à effectuer. Soit de votre part si augmentation, soit de notre part si diminution. Vous recevrez le détail des calculs par mail et courrier la semaine du 6 février.
- Paiement en prélèvement : Vous n'avez pas de démarche à effectuer, les tarifs seront mis à jour automatiquement.

Pour toute question ou interrogation, nous sommes disponibles au 03 81 92 61 80 / [contact@jardins-idees.fr](mailto:contact@jardins-idees.fr)

**N'hésitez pas à nous contacter, nous sommes là pour répondre à vos questions !**



## Actualités salariés

Retour sur notre 1er atelier de l'année avec, pour préparer la chandeleur qui approche, des crêpes, galettes et gaufres, le tout avec les légumes, mais pas que !



Atelier, organisé dans le cadre du dispositif Paniers Solidaires des Jardins d'IDÉES, qui a été mis en place avec le CCAS et la Maison Pour Tous de Bavans.

Dominique, bénévole à la MPT, assisté de Maria, bénévole cuisinière aux Jardins, ont animé cet atelier. Quatre jardiniers étaient présents, ainsi que deux salariés en parcours de la Recyclerie des forges.

Avec un petit budget et des légumes on peut faire une cuisine ludique et nourricière !



## Actualités jardins

Le temps bien humide de la semaine dernière laisse enfin place au soleil et à sa douceur. De quoi faire un peu oublier les laborieuses tâches de récolte et de lavage des poireaux de la semaine passée, qui ont un peu pesées sur l'organisation et les esprits.

Une belle semaine en perspectives donc, qui va permettre aux cultures sous serres (légumes feuilles notamment) de pousser un peu plus vite, et aux jeunes plants en attente d'être repiqués en plein terre.

Tout au long de l'année 2023, de nombreux fruits rouges (fraises, framboises, groseilles...) ont été cueillis puis congelés. L'heure est venue de transformer toutes ces récoltes en confitures. Nathalie s'y attèle depuis quelques jours avec tout un groupe de salariés dans les locaux de la Damassine. Premiers spécimens d'ores et déjà disponibles dans les paniers de cette semaine ☺!  
Bonne dégustation!!!



## Recettes

### Crumble de légumes d'hiver

Eplucher et laver les légumes : 2 panais, 2 rutabagas, 300g de courge. Les tailler en petits cubes. Eplucher et émincer 2 oignons.



Dans un saladier, mélanger 100g de beurre, 100g de farine, 100g de parmesan râpé et une pincée de fleur de sel, jusqu'à l'obtention d'une texture sablée.

Réserver la pâte au réfrigérateur.

Préchauffer le four à 180°C.

Dans une sauteuse, faire dorer, pour les précuire, les cubes de légumes dans de l'huile d'olive avec les oignons. Saler et poivrer.

Déposer les légumes dans un plat à gratin.

Recouvrir les légumes avec le crumble en émiettant la pâte et mettre au four pendant 30mn.

### Pomme de terre grenaille sautées

Eplucher 500g de pomme de terre grenaille. Ciseler des herbes : persil plat, ciboulette, origan. Peler 1 grosse gousse d'ail.

Faire fondre du beurre dans une sauteuse et mettre les pommes de terre à feu moyen.



Dès qu'elles colorent, saler, poivrer et ajouter la moitié des herbes aromatiques et l'ail. Continuer la cuisson 30mn à feu moyen (vous pouvez mettre un fond d'eau et couvrir pendant 15mn).

Au bout des 30mn, ajouter le reste des herbes, un peu de sel et poivre et laisser 5mn à couvert feu éteint.

**Bon appétit !**