



Nos marchés sur site



Votre panier



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

L'HEBDO

Semaine 6 du 5 au 9 février 2024



Châton de noisetier (fleur mâle)

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

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
- ou directement sur

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

LEGUMES	Petit		Moyen		Grand		Conseil de conservation
Pomme de terre	900g	2.07€	950g	2.18€	1kg	2.30€	2-3 semaines au sec/noir. Origine Haute-Saône / variété Agria
Topinambour	600g	1.68€	600g	1.68€	700g	1.96€	1 semaine / 10 jours au frigo. Garder humide dans le sachet kraft
Poireau	800g	2.32€	1kg	2.90€	1kg	2.90€	1 semaine / 10 jours au frigo
Carotte rouge	800g	1.92€	1.1kg	2.64€	1kg	2.40€	1 semaine au frigo
Oignon jaune	400g	1.04€	500g	1.30€	600g	1.56€	Plusieurs semaines au sec/noir
Endivette			500g	2.75€			4/5 jours dans son sac kraft. Origine France
Chou Fleur					1 pièce	4€	1 semaine au frigo avec ses feuilles vertes. Origine France
Feuille de chêne verte					1 pièce	1.80€	Quelques jours au frigo. Origine France
TOTAL		9€		13.46€		16.92€	



Régulièrement, nous recevons du compost en vrac provenant de la compostière de Vieux-Charmont. Nous en ensachons une partie en sacs de 20 litres à destination des particuliers (vente sur le marché du jardin et dans les déchèteries de Vieux-Charmont et Seloncourt), mais nous en utilisons aussi une partie pour nos cultures de légumes primeurs, sous les serres.



Le compost fumant dans la froideur du mois de janvier !

Dans 3 de nos tunnels, entre décembre et février, nous avons mis en place une couche de 5cm de compost afin d'effectuer des semis directs de poireau et de carotte. Après un travail de sol permettant d'affiner la structure du sol, le compost est disposé à la surface avant d'y semer directement les graines de légumes. Cette couche va éviter (ou retarder) la levée des mauvaises herbes (adventices) en empêchant la lumière d'atteindre les graines de ces dernières. Celles de carotte et poireau sont des graines qui mettent beaucoup plus de temps à germer que celle des adventices. La technique ainsi employée permet de réduire ce phénomène de concurrence et donne une longueur d'avance à nos cultures! Néanmoins, il faut faire attention à bien arroser les jours qui suivent le semis car le



Etalage du compost dans le tunnel

compost s'assèche vite et peut ainsi mettre à mal les jeunes pousses. Il faut aussi veiller à ne pas mettre trop de compost pour éviter une sur-fertilisation... une subtile équation.



Actualités salariés

Abdel et Florence ont fini leur contrat aux Jardins la semaine dernière. Ils étaient arrivés tous deux à la fin de leur période d'agrément de 2 ans et sont en recherche d'emploi, nous leur souhaitons une bonne continuation.

6 nouveaux salariés, 3 femmes et 3 hommes, sont arrivés aux Jardins la semaine dernière. Les premiers temps sont synonymes de découverte et d'adaptation, ce n'est pas toujours évident de prendre le rythme du travail physique demandé par le maraîchage !

Côté encadrants maraîchers, Nathalie et Lucie ont toutes les 2 passé leurs CACES (Certificat d'Aptitude à la Conduite En Sécurité) pour conduire un gerbeur accompagnant. Sébastien, encadrant maraîcher également, va aussi passer cette formation en février. Nous avons acquis un gerbeur en fin 2023 grâce à une subvention de la Région Bourgogne Franche-Comté. Il nous permet maintenant de gerber (=empiler) les palox sans devoir utiliser le tracteur, et nous permet plus globalement d'optimiser le stockage dans nos chambres roides.



Gerbeur dans la chambre froide avec les pallox



Flan de poireau au comté

Préchauffez le four à 200°C. Lavez 4 poireaux et coupez-les en tronçons de 2cm. Cuire à la vapeur pendant 10mn. Disposez les dans un plat beurré ou des petits ramequins pour des portions individuelles.



Dans un saladier, mélangez 2 œufs, 10cl de lait, une petite gousse d'ail pressée, 30g de comté râpé, sel et poivre.

Versez le mélange sur les poireaux. Ajoutez 30g de comté râpé sur le dessus.

Enfournez 20/30mn (les portions individuelles cuiront plus vite) et servir chaud.

Velouté de topinambour / Pour 6 portions

Epluchez 1kg de topinambours et 4 pommes de terre et coupez-les en morceaux. Faites-les cuire pendant 30mn dans une casserole d'eau à laquelle vous pouvez ajouter 1 cuillère à café de sel et une autre de bicarbonate de soude, pour une meilleure digestion des topinambours. Mixez la préparation jusqu'à obtenir une consistance onctueuse, ajoutez 10 cl de crème liquide et mixez à nouveau. Saler, poivrer.



Au moment de servir, faites chauffer des tranches de bacon dans une poêle à blanc, sans matière grasse. Les réserver sur du papier absorbant et découper des petites lanières.

Dans un bol, versez le velouté, ajoutez dessus des petites lanières de bacon et un trait d'huile d'olive.

Bon appétit !