



Nos marchés sur site



Votre panier



les jardins
d'IDÉES
atelier et chantier d'insertion

L'HEBDO

Semaine 13 du 25 au 29 mars 2024



Pêcher

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
(À retrouver dans votre panier)
Lot de 4 confitures bio
élaborées à partir des fruits
de nos jardins!



1 confiture de fraise (200g)
1 confiture de mûre (200g)
1 confiture de cassis (200g)
1 confiture de framboise (200g)

10€ le lot de 4 pots

Pour commander:

Par téléphone 03 81 92 61 80

➡ Par mail contact@jardins-idees.fr

➡ Ou directement sur

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

LEGUMES	Petit		Moyen		Grand		Conseil de conservation
Pomme de terre	800g	1.84€	1.1kg	2.53€	1kg	2.30€	3/4 semaines au sec dans le noir- France
Radis			1	1.50€	1	1.50€	4-5 jours au frigo
Oignons	500g	1.30€	650g	1.69€	650g	2.60€	Plusieurs mois dans un endroit frais et sec
Bette	800g	3.04€	1kg	3.80€	1kg	3.80€	4-5 jours au frigo
Mâche	280g	2.80€	250g	2.50€	200g	2€	3-4 jours au frigo
Epinard					700g	4.20€	4-5 jours au frigo
Ciboulette			1	1.50€	1	1.50€	
TOTAL		8.98€		13.52€		16.99€	



Actualités jardins

Le printemps est là, les semis continuent bon train et le rythme va s'enchaîner jusqu'à fin avril pour la vente de plants!

Les dates sont fixées et on vous y attend nombreux:

Mercredi 24 avril

Samedi 27 avril

Samedi 4 mai

➡ De 9h à 17h

En parallèle, les gros chantiers dont on vous parlait les semaines précédentes continuent aux jardins. Notamment la plantation des betteraves et oignons. Ce chantier nécessite une grosse logistique, car les champs sont situés sur le dessus de la commune, à l'écart du cœur des jardins et ceci mobilise 16 personnes.

Nous avons également planté les choux, choux rave et pomme de terre primeur sous serre.

Toujours sous serre les petits pois se développent bien aussi, et cette semaine on va semer ceux en plein champ pour avoir un volume suffisant sur plusieurs semaines afin de vous en proposer dans vos paniers.



Petit pois en devenir

Un gros sujet du moment au jardin est la préparation des sols ainsi que la fertilisation des cultures. En effet, en maraichage nous implantons et enlevons des légumes tous les trois mois en moyenne. Ce qui se traduit par un prélèvement important des éléments nutritifs dans le sol, dans un souci de préservation de la terre, nous adaptons nos pratiques pour être au plus proche d'une agronomie logique et des pratiques

les moins invasives possibles. Afin de préserver l'approche nourricière du sol et assurer un bon développement de nos cultures, il nous faut fertiliser ces derniers.

Nous utilisons ces dernières années du fumier déshydraté. Nous avons dorénavant trouvé une source de fumier de cheval régulière et continue. Celui-ci sera plus qualitatif et nous permettra d'enrichir notre sol sur le long terme. En revanche, il nous faut repenser notre organisation, aussi bien sur les aspects logistiques, que la mise en œuvre en amont de l'implantation des cultures.

Petit changement de pratiques qui va vers une approche plus durable et respectueuse des sols.

Actualités salariés

Il y a actuellement 37 salariés en parcours d'insertion aux jardins (8 femmes et 29 hommes) et quelques intégrations sont encore prévues très prochainement. L'effectif sera bientôt au complet avec une quarantaine de salariés pour la saison estivale.

Infos pratiques

● **La semaine prochaine, en raison du lundi de pâques 1er avril, les livraisons du mardi matin auront lieu le mardi après-midi.**

● Le printemps arrive et quand il fait chaud vos légumes souffrent plus. Pensez à récupérer votre panier assez tôt sur le point de dépôt, et n'hésitez pas à rafraîchir vos légumes à la maison.



Recettes

Tarte aux côtes de bettes !

Pour la garniture : Emincez l'oignon et coupez 400g de côte en tronçon grossier. Versez de l'huile d'olive dans une poêle chaude à feu vif et jetez l'oignon émincé dedans. Lorsqu'il devient légèrement doré, ajoutez les bettes, cardes et feuilles. Faites revenir quelques minutes puis éteignez le feu et faites préchauffer votre four à 180°C



Pour la pâte : mettez la farine et une bonne pincée de sel dans un grand saladier, faites un puits et versez les 10 cl d'huile d'olive puis 10 cl d'eau tiède. Malaxer le tout quelques instants jusqu'à l'obtention d'une boule de pâte souple. Etalez-la dans votre moule huilé et faire quelques trous de fourchette.

Appareil : Cassez les deux œufs dans un bol, salez et poivrez légèrement, puis battez-les. Ajoutez 20cl de crème.

Mélangez la garniture et l'appareil et garnissez votre pâte... Enfourez 20 à 25 minutes. C'est prêt !

Pâtes au Pesto d'épinard !

Lavez 100g d'épinard, ôtez les tiges centrales et égouttez les soigneusement.

Mixez avec ½ c à café de jus de citron, 2 c à soupe de parmesan, 4 d'huile olive, et 1 de graines de tournesol, salez.



Cuire les pâtes de votre choix et ajoutez du pesto à votre goût, mélangez et servir.

Si vous avez trop de pesto, le rouler en boudin serré dans un film plastique, et le congeler.

Bon appétit!