



Nos marchés sur site



Votre panier



les jardins
d'IDÉES
atelier et chantier d'insertion

L'HEBDO

Semaine 19 du 6 au 10 mai



Pommier en fleurs

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
Nouveaux Parfums**

(À retrouver dans votre panier)

**Lot de 4 confitures bio
élaborées à partir des fruits
de nos jardins!**



- 1 confiture de prune (200g)
- 1 confiture de mûre (200g)
- 1 confiture de pêche (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
Radis			1	1.50€	1	1.50€	1 semaine au frigo
Confiture	1	2.80€	1	2.80€	1	2.80€	
Salade	1	1.30€	1	1.30€	1	1.30€	3/4 jours au frigo
Carotte botte	1	2.70€	1	2.70€	1	2.70€	4/5 jours au frigo
Pomme de terre	1kg	2.30€	1	2.30€	1	2.30€	Plusieurs semaines dans un endroit frais et sec— France
Courgette			700g	2.80€	1	4€	10 à 15 jours au frigo
Chou pointu					1	2.40€	1 semaine au frigo
TOTAL		9.10€		13.40€		17€	



Notre vente de plants annuelle est terminée, nous tenons à remercier tous nos clients et visiteurs venus nombreux pour le dernier jour de vente!

Après un court week-end, on redémarre sur les chapeaux de roues avec une semaine bien chamboulée par les jours fériés.



Organisation des livraisons de mai

A noter que nous n'annulons aucune des livraisons,

celles prévues sur des jours fériés seront décalées sur d'autres jours de la semaine,

et votre point de dépôt habituel ne change pas.

Ci-dessous le détail:

- Paniers du mercredi 8 mai ➡ livrés mardi 7 mai après-midi
- Paniers du jeudi 9 mai ➡ livrés lundi 6 mai après-midi
- Paniers du vendredi 10 mai ➡ livrés lundi 6 mai après-midi



**En raison des jours fériés, notre marché sera fermé le mercredi 8, vendredi 10 et samedi 11 mai.
Merci de votre compréhension**

Cycle de culture du poireau

Le poireau est un légume qui reste longtemps en place dans les potagers et sa culture nécessite plusieurs étapes que nous allons vous détailler:

-Nous avons réalisé les semis en février, dans une serre dont le sol avait été travaillé très finement et recouvert d'une couche de compost.

-Une fois cette étape réalisée, les poireaux poussent jusqu'en juin afin d'atteindre la taille d'un crayon.

-Ensuite, nous utilisons une planteuse à poireaux, qui s'attèle sur un tracteur. Il y a 2 jardiniers placés sur la planteuse, ceux-ci piochent dans les caisses de plants pour ensuite les mettre entre les pinces de la planteuse qui va ouvrir et refermer un sillon pour enterrer au 3/4 le plant de poireau.

-Une fois la plantation effectuée, les maraîchers passeront toutes les semaines avec une bineuse afin de désherber et de butter les poireaux, c'est-à-dire les recouvrir de terre pour ne laisser dépasser que la partie verte. Cela permet d'éviter l'enherbement par les mauvaises herbes, mais aussi de favoriser le développement de la partie blanche du poireau, le fût.



Planteuse à poireaux



Tunnel de poireaux
Appelé aussi « pépinière »



Galettes de courgettes à la feta

Préchauffez le four à 200°C et recouvrez une plaque de cuisson de papier sulfurisé.

Dans un saladier râpez finement 1 grosse courgette. Emincez un oignon, une gousse d'ail et émiettez de la feta.



Ajoutez des herbes selon vos goûts (origan, basilic, persil...).

Mélangez et ajoutez 2 œufs et 4 c à soupe de chapelure. Bien mélangez la préparation pour qu'elle soit homogène. Salez.

Formez des petits tas sur le papier sulfurisé. Enfournez pendant 15mn avant de retourner les galettes et de prolongez la cuisson pendant 15mn.

Dahl de lentilles corail aux fanes de carottes



Une idée de repas originale pour découvrir la cuisson des fanes de carottes! Rapide et savoureux!

Préparation : Emincez 2 oignons et faites les dorer à l'huile d'olive (ajoutez à ce moment là du curry ou du piment selon votre goût). Coupez vos fanes de carottes grossièrement. Lorsque les oignons sont dorés, ajoutez les fanes. Faites les tomber comme des épinards, salez et poivez puis ajoutez 30cl de lentilles. Remuez une ou deux minutes puis ajouter 90cl d'eau. Couvrez et laissez mijoter 10 à 15 minutes. Ajustez l'assaisonnement. Coupez la coriandre fraîche et parsemez en dans l'assiette. A servir avec du riz!

Bon Appétit!