



Nos marchés sur site



Nouveauté paniers

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

## L'HEBDO

Semaine 46  
du 11 au 15 novembre



Ancolie

**Mercredi : de 9h à 12h30**  
**+ producteurs locaux**  
**(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)



**Mardi 12 novembre**

En raison du lundi 11 novembre férié :

les paniers du mardi  
seront livrés **l'après-midi sur votre point de dépôt habituel.**

Merci de votre compréhension.

LEGUMES	Petit		Moyen		Grand		Conseil de conservation
Butternut	700g	1.89€	900g	2.43€	1.2kg	3.24€	Non coupé, plusieurs semaines à température ambiante, 5 jours au frigo une fois coupé
Chou fleur	1	4.25€	1	4.25€	1	4.25€	1 semaine au frigo
Carotte	500g	1.45€	1kg	2.90€	1kg	2.90€	5 jours au frigo
Navet	300g	0.84€	400g	1.12€	550g	1.54€	1 semaine au frigo
Pomme de terre			700g	1.61€	1.1kg	2.53€	Plusieurs semaines dans un endroit frais à l'abri de la lumière
Radis noir	200g	0.62€	400g	1.24€	400g	1.24€	1 semaine au frigo
Salade					1	1.30€	3/4 jours au frigo
<b>TOTAL</b>		<b>9.05€</b>		<b>13.55€</b>		<b>17€</b>	



### Invitation à l'Assemblée Générale Extraordinaire des Jardins d'Idées le 28 novembre 2024 à 15h30 à Valentigney

Comme vous le savez, nous utilisons le maraîchage biologique comme support d'activité permettant aux plus éloignés de l'emploi de trouver un soutien et un accompagnement afin de se rapprocher du marché du travail. Ainsi, en adhérant aux formules paniers vous adhérez aussi à l'association nous vous en remercions, vous permettez ainsi la continuité de nos activités tout en bénéficiant de nos produits.

Nos équipes s'attachent chaque jour à donner toute leur énergie avec plus de 30 jardiniers en insertion pour produire des légumes biologiques et locaux avec un projet fidèle à l'esprit de l'économie sociale et solidaire.

Comme vous le savez, le maraîchage n'est pas une science exacte et ce métier est directement impacté par les phénomènes climatiques, entre autres. Dans le même temps, nos financements dédiés à mettre en œuvre l'accompagnement social, ne progressent pas. Les besoins sociaux quant à eux augmentent.

En raison de la situation, une procédure appelée procédure d'alerte a été lancée. Nous convoquons donc une Assemblée Générale extraordinaire dont l'objectif sera de s'assurer des possibilités de continuité d'activité ; les structures de l'Ensemble ne pouvant plus, seules, soutenir ce projet, nous devons dès à présent trouver des marges de progrès et des alliances.

Merci pour votre confiance et votre engagement !



Sur l'exploitation, la semaine a été particulièrement chargée avec la préparation d'une grosse commande destinée à la Banque alimentaire. En effet, comme déjà évoqué dans de précédents hebdomadaires et dans le cadre d'un partenariat entre le Réseau Cocagne et la Fédération Nationale des Banques Alimentaires, nous pouvons vendre des légumes bios, locaux et solidaires au réseau des Banques Alimentaires. La semaine dernière,

nous avons donc effectué une grosse livraison

pour la banque Alimentaire, et c'est environ 3,5 tonnes de légumes (navets, courges, radis...) qui sont partis pour aider les personnes en situation de précarité.

Nous sommes fiers de contribuer aux besoins de la Banque Alimentaire en leur fournissant des légumes bios, locaux et solidaire !

Bien sûr cet approvisionnement n'est pas au détriment de la composition et de la diversité proposée dans vos paniers, mais bien sur la base de productions complémentaires.

### Vente de Pomme

**Variété Karneval: acidulée à cuire et croquer**

**Variété Ladina: Sucrée acidulée, très juteuse**

Origine : Alsace

**16€ le sac de 5kg**

**Soit 3.20€/kg**



Livré avec vos paniers sur votre point de dépôt à partir de la semaine 46.

#### 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>

### Vente de Pomme de terre

Pomme de terre variété Byzance (chair tendre, polyvalente) ou Monalisa (chair tendre) en sac de 10kg

Origine : Haute-Saône

**22.5€ le sac de 10kg**

**Soit 2.25€/kg**



Livré avec vos paniers sur votre point de dépôt à partir de la semaine 44.

#### 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>



### Tarte côte de bette

Emincer un oignon et couper 500gr de côte en tronçons grossiers. Verser de l'huile d'olive dans une poêle chaude à feu vif et jeter l'oignon émincé dedans. Lorsqu'il devient légèrement doré, ajouter les blettes, cardes et feuilles. Faire revenir quelques minutes.



Casser les 2 œufs dans un bol, saler et poivrer, puis les battre. Ajouter 20 cl de crème.

Mélanger la garniture et l'appareil et garnir la pâte. Enfourner 20 à 25 minutes. C'est prêt.

### Soupe de radis noir

Epluchez 1 gros radis noir, 1 navet, 1 pomme de terre. Coupez-les en morceaux.

Dans une cocotte, mettre les légumes et couvrez d'eau et de bouillon. Laissez mijoter pendant 30mn.



Une fois les légumes cuits, mixez le tout avec 10cl de crème liquide et sel, poivre. Vous pouvez également ajouter un peu de cardamome.



#### Astuce !

Saviez-vous que le radis noir était un bon allié pour la toux grasse ?! En effet, il est expectorant et va naturellement aider le corps à désencombrer les bronches.

Le radis noir est aussi riche en vitamine C et en antioxydants.

Couper un radis noir en tranches ou en cubes. Dans un plat, disposez les bouts de radis noir et recouvrir de sucre (de poids équivalent au radis).

Laissez macérer toute une nuit voir 24h. Recueillir le jus et mettre dans une bouteille, il se conservera plusieurs jours au frigo.

Vous pouvez prendre une c. à café pure ou dans de l'eau chaude.