



Nos marchés sur site

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



Nouveauté paniers

Commande Vin de Cocagne

Les Jardins d'Idées vous proposent de commander du vin bio et solidaire provenant de Vigne de cocagne, le 1^{er} vignoble solidaire de France, situé dans l'Hérault.



Les commandes seront à retirer **exclusivement** aux Jardins d'Idées à Bavans en semaine 51.

Pour plus d'informations sur les vins vous pouvez consulter le catalogue :

<https://boutique.vignedecocagne.fr/>

Le bon de commande vous a été transmis par mail .

Merci de nous renvoyer ce bon de commande avant le lundi 2 décembre sur contact@jardins-idees.fr

LEGUMES	Petit		Moyen		Grand		Conseil de conservation
Courge	500g	1.35€	800g	2.16€	1.1kg	2.97€	4/5 courges au frigo si découpée
Chou chinois	1	3.10€	1	3.10€	1	3.10€	5 jours au frigo
Mâche	200g	2€	300g	3€	350g	3.50€	3/4 jours au frigo
Carotte	500g	1.45€	500g	1.45€	1kg	2.90€	1 semaine au frigo
Pomme de terre	500g	1.15€	1kg	2.30€	1kg	2.30€	Plusieurs semaines dans un endroit frais à l'abri de la lumière. Origine : Haute Saône
Radis botte			1	1.50€	1	1.50€	5 jours au frigo
Celeri branche					150g	0.74€	5 jours au frigo
TOTAL		9.05€		13.51€		17.01€	

les jardins
d'IDÉES
atelier et chantier d'insertion

L'HEBDO

**Semaine 47
du 18 au 22 novembre**



Courge Musquée



La semaine dernière nous avons planté l'intégralité de nos bulbes d'ail en plein champ. Ceux-ci passeront tout l'hiver en terre, ainsi que le printemps prochain, pour finalement être récoltés aux alentours du moi de juin 2025.



Caïeux d'ail avant plantation

Au préalable, nous avons dépiautés les caïeux reçus afin de séparer chaque gousse avant leur plantation, gousses qui se multiplieront jusqu'à former de nouvelles têtes d'ail. Cette plantation n'étant pas très gourmande, elle ne nécessite pas beaucoup de fumier, mais un sol plutôt drainé. A défaut de chaleur cet hiver, elle nécessitera d'être chouchoutée pour ne pas se faire envahir par les adventices (=mauvaises herbes).



Retour de notre laveuse en local préparation

Bonne nouvelle, notre laveuse en réparation depuis plusieurs semaines est à nouveau opérationnelle. Elle nous permet un gain de temps de lavage considérable. En effet, nous nettoyons environ 350kg de légumes racines en 2h avec un salarié, contre 5 salariés pour faire le même volume en une journée sans laveuse.

De plus, cela évite aux salariés d'avoir les mains dans l'eau froide pendant plusieurs heures, ce qui est loin d'être un détails par les fraîches températures du moment.

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
- 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
- ou directement sur <https://jardinsidees.cocagnebio.fr>



Feuilleté de chou chinois

Préchauffer le four à 210°C.

Laver et découper le chou en petits morceaux.

Ciseler 1 échalote et hacher une gousse d'ail.

Dans une poêle, faire fondre

l'échalote et l'ail avec un peu d'huile. Ajouter le chou et le cuire pendant 10 bonnes minutes, salez et poivrez.

Mélanger dans un petit saladier 100g de chèvre frais avec la poêlée de chou. Ajouter de la ciboulette ciselée.

Couper les feuilles de brick en deux.

Garnir d'une petite cuillère à soupe de préparation et refermer.

Badigeonner légèrement chaque feuilleté avec un peu d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau de cuisine.

Mettre dans un plat ou sur une plaque allant au four.

Enfourner pour 20 min. Dès qu'ils commencent à dorer c'est prêt !



Poêlée de légumes de saison



Couper en petits dés, 2 carottes, 1 panais, 1 morceau de céleri, 4 pommes de terre ou tout autre légume d'hiver à votre disposition.

· Emincer le poireau.

· Faire revenir dans une poêle un oignon dans 2 cuillères à soupe d'huile

d'olive, ajouter tous les légumes sauf les pommes de terre et laisser griller 10 minutes.

· Ajouter les pommes de terre et faire griller environ 20 minutes, jusqu'à ce que les légumes soient tendres.

Remuer régulièrement et ajouter de l'huile si besoin

· Saler et poivrer

· Servir avec une viande rôtie, grillée ou une salade