



Nos marchés sur site



Nouveauté paniers

les jardins
d'IDÉES
atelier et chantier d'insertion

L'HEBDO

Semaine 50
du 9 au 13 décembre 2024

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



Vacances de Noël

Les Jardins d'IDÉES
seront fermés

Du samedi 21 décembre au
Dimanche 5 janvier 2024 inclus

Il n'y aura ni marché ni
livraisons de paniers pendant
cette période



Radis Ostergruss

| LEGUMES | Petit | | Moyen | | Grand | | Conseil de conservation |
|------------------|-------|--------------|-------|---------------|-------|------------|--|
| Pomme de terre | 1kg | 2.35€ | 900g | 2.07€ | 1.3kg | 2.99€ | Plusieurs semaines dans un endroit sec et à l'abri de la lumière. Origine: Haute-Saône |
| Poireau | | | 700g | 2.73€ | 1kg | 3.90€ | 1 semaine au frigo |
| Salade | 1 | 1.30€ | 1 | 1.30€ | 1 | 1.30€ | 3/4 jours au frigo |
| Navet | 600g | 1.68€ | 500g | 1.40€ | 700g | 1.96€ | 1 semaine au frigo |
| Carotte | 800g | 2.32€ | 1kg | 2.90€ | 1.1kg | 3.19€ | 1 semaine au frigo |
| Radis botte | | | | | 1 | 1.50€ | 4/5 jours au frigo |
| Radis Ostergruss | 400g | 1.32€ | 400g | 1.32€ | | | 1 semaine au frigo |
| Oignons jaunes | | | 500g | 1.80€ | 600g | 2.16€ | Plusieurs semaines dans un endroit sec et à l'abri de la lumière |
| TOTAL | | 8.97€ | | 13.52€ | | 17€ | |



Actualités jardins



Cette semaine, nous allons commencer la transformation en confiture de nos petits fruits récoltés tout l'été ! Ceux-ci ont bien donné cette année et nous en avons congelés environ 340kg ! Gaëlle, encadrante maraîchère, va donc partir ce mardi dans les cuisines de la Damassine à Vandoncourt accompagnée par 4 jardiniers en parcours afin de lancer la première session de transformation. Nous espérons, à l'issue de cette journée obtenir environ 600 pots de confiture ! Une grosse journée en perspective !!



Comme évoqué à plusieurs reprises, nous avons cette année un partenariat entre le Réseau Cocagne et la Fédération Nationale des Banques Alimentaires qui nous permet de vendre des légumes bios, locaux et solidaires au réseau



RÉSEAU
COCAGNE

des Banques Alimentaires. Nous avons effectué une grosse livraison la semaine dernière avec environ 1,3 tonne de légumes (navets, carottes, radis raves) qui sont partis en faveur des personnes en situation de précarité.

Autre événement du mois de décembre, nous proposons aux salariés en parcours de toutes les structures de l'Ensemblier Défi de recevoir un panier de légumes gratuit jusqu'à Noël afin de leur faire découvrir ou redécouvrir le dispositif paniers solidaires. Celui-ci permet à nos salariés en parcours de bénéficier d'un panier à un tarif préférentiel tout au long de leur parcours d'insertion. L'idée est de rendre accessible à tous une alimentation de qualité.

RAPPEL

Les fêtes approchent et vous avez besoin de plus de légumes ?

Pensez à doubler vos paniers !

Pour profiter de nos légumes pendant les fêtes et anticiper la fermeture annuelle des Jardins, vous avez la possibilité de doubler vos paniers !

Vous pouvez le faire sur votre espace adhérent ou nous contacter au 03 81 92 61 80 ou via contact@jardins-idees.fr



**Les fêtes approchent,
offrez à vos proches un
cadeau local, bio et
solidaire !**



**Bon cadeau de 4 paniers de légumes des
Jardins d'IDÉES pour faire découvrir à vos
proches des légumes bios locaux et solidaires
sur l'un de nos 24 points de dépôts !**

- **Bon cadeau pour 4 petits paniers : 36€**
- **Bon cadeau pour 4 moyens paniers : 54€**
- **Bon cadeau pour 4 grands paniers : 68€**

Vous pouvez commander en ligne, par mail ou téléphone. Les bons cadeaux vous seront envoyés par courrier.

Vente complémentaire

Pomme de terre variété Monalisa (chair tendre) en sac de 10kg

Origine : Haute-Saône



Livré avec vos paniers sur votre point de dépôt

Pour commander :

- Par téléphone 03 81 92 61 80
- par mail contact@jardins-idees.fr
- ou directement sur

<https://jardinsidees.cocagnebio.fr>



Recettes

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.

Radis à l'orange caramélisés (sucre/salé)



Epluchez et coupez les 2 radis raves en gros dés.

Faites fondre 40g de beurre avec 2c à soupe de miel et ajoutez-y les dés de radis 5 mn. Ajoutez ensuite 1/2l de jus d'orange et un brin de romarin et laissez mijoter 20mn pour que le jus se transforme en sirop.

Une recette originale à l'approche de fêtes !

Houmous de carottes



Coupez grossièrement 400g de carottes, faites les revenir dans un petit peu d'huile d'olive, et couvrez. Laissez cuir à feu doux une vingtaine de minutes jusqu'à ce que les carottes soient tendres. Les transférer dans le bol de votre mixeur, ajoutez le jus de citron, la gousse d'ail, le tahin et un peu d'huile d'olive. Mixez jusqu'à obtenir une texture crémeuse. Répartissez dans un bol, couvrez d'huile d'olive. Dégustez en apéro sur du pain, des bâtonnets de courgette, de carotte...