



Nos marchés sur site



Avec vos paniers

les jardins
d'IDÉES
atelier et chantier d'insertion

L'HEBDO

Semaine 8 du 17 au 21 février 2025

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

Vente complémentaire

Pomme de terre variété Agria (chair tendre) en sac de 10kg - 22.50 € le sac

Origine : Haute-Saône

Pomme de terre variété

Twinner (chair ferme) en sac de 10kg - 22.50 € le sac

Origine : Haute-Saône

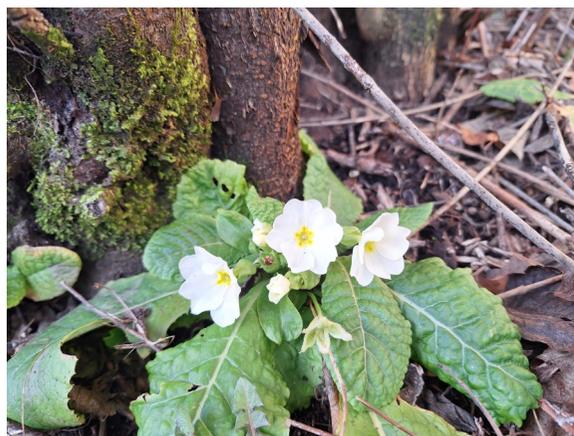


Livré avec vos paniers sur votre point de dépôt

Pour commander :

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

<https://jardinsidees.cocagnebio.fr>



Les premières primevères de l'année !

LEGUMES	Petit		Moyen		Grand		Conseil de conservation
Confiture	1 pot	3.40€	1 pot	3.40€	1 pot	3.40€	Dans un placard jusqu'à la date indiquée sur le pot
Poireau	500g	1.95€	800g	3.12€	1kg	3.90€	1 semaine au frigo
Pomme de terre	500g	1.20€	700g	1.68€	700g	1.68€	Plusieurs semaines dans un endroit sec et à l'abri de la lumière. Origine: Haute-Saône Variété Agria
Salade	1 pièce	1.30€	1 pièce	1.30€	1 pièce	1.30€	Quelques jours au frigo
Navet violet	500g	1.12€	670g	1.88€	700g	1.96€	1 semaine au frigo
Carotte			740g	2.15€	750g	2.18€	
Mesclun					250g	2.60€	Quelques jours au frigo
TOTAL		8,97€		13.53€		17,02€	

Nous sommes une association, et comme pour toute association, on y devient adhérent en s'affranchissant d'une cotisation annuelle (dans notre cas, 15€ pour une année civile) afin de soutenir le projet associatif d'une part et de bénéficier de ses services d'autre part.



Cette cotisation revient en grande partie au Réseau Cogne (qui regroupe l'ensemble des Jardins de Cogne) dont nous sommes nous-même adhérent.

→ **Si vous réglez votre abonnement en prélèvement bancaire**, le montant de la cotisation sera ajouté à vos paniers du mois de janvier et payé avec le prélèvement qui sera effectué autour du 18 février.

→ **Si vous réglez votre abonnement par chèque**. Vous pouvez nous faire parvenir un chèque de 15€ à l'adresse suivante : 5bis rue sous roches 25550 Bavans, à l'ordre des Jardins d'Idées.

Cet appel ne concerne pas, bien évidemment, les personnes ayant déjà réglé leur cotisation lors du renouvellement de leur abonnement depuis le début de l'année ou lors d'un passage sur le marché.

La cotisation vous donne accès à la carte de fidélité des Jardins, valable sur nos marchés sur site. Si vous souhaitez la recevoir vous pouvez nous appeler ou nous envoyer un mail.

Carte fidélité Jardins d'IDÉES		
Nom	<input type="text"/>	
Prénom	<input type="text"/>	
Année	<input type="text"/>	
Jardins d'IDÉES 5bis rue sous roches 25550 Bavans		

Nos marchés sont ouverts :

Mercredi de 9h à 12h30

Vendredi et samedi de 9h à 12h

Une remise de 10% est accordée au 11^{ème} passage, calculée sur le montant total des 10 premiers passages.



Plantation des petits pois

La semaine dernière, Gaëlle, encadrante maraîchère, a planté 2 tunnels de petits pois avec une équipe de salariés. Cette année, nous testons 2 variantes : un tunnel avec des toiles tissées et un espacement de 50 cm entre les plants, et un tunnel sur bâche plastique biodégradable avec un espacement tous les 30 cm.



Semoir manuel

Autre nouveauté : le choix d'une variété grimpante, contrairement à une variété naine précédemment. Nous espérons que cela facilitera la récolte des petits pois, qui est une activité un peu fastidieuse. L'équipe a donc également installé des filets à rame pour que les plants puissent grimper dessus. Les équipes feront quelques passages pour aider les plants à s'y agripper avant de récolter les petits pois fin avril/début mai si le soleil continue de nous faire l'honneur de sa présence !



Activité salariés

4 nouveaux salariés, 3 hommes et 1 femme sont arrivés aux Jardins ce lundi, Bienvenue à eux !

Ce mardi, un nouvel encadrant technique va également intégrer l'équipe permanente, nous vous le présenterons dans un prochain hebdo !



Recettes

Gratin de poireaux au parmesan

Pour deux personnes.
Préchauffez le four à 200°C.
Coupez les poireaux en rondelles assez épaisses, rincez et égouttez. Vous pouvez garder la partie verte pour une soupe ou un bouillon mais vous pouvez aussi les mettre dans cette recette.



Pelez et hachez une petite gousse d'ail.

Dans une poêle, faites chauffer un peu d'huile et de beurre, faites revenir l'ail quelques minutes et ajoutez les poireaux et un peu de thym. Laissez cuire pendant 10mn, poivrez (le sel sera apporté par le parmesan).

Versez 12cl de crème liquide et 60g de parmesan.

Déposez le tout dans un plat allant au four ou dans des ramequins.

Parsemez le gratin de parmesan et enfournez pendant 10-15mn jusqu'à ce que ce soit bien doré.

Soupe de saumon finlandaise (Lohikeitto)

Pour 4 personnes

Lavez et coupez 3 gros poireaux en fines lamelles. Epluchez et coupez 3 carottes en rondelles et 400g de pomme de terre en petits cubes.



Coupez 500g de saumon frais en gros cubes.

Dans une grande casserole, faites revenir les poireaux, les carottes et les pommes de terre dans du beurre.

Une fois que les poireaux ont réduit de volume de moitié, ajoutez 1.2 litre de bouillon (de poisson).

Laissez mijoter pendant 20-25mn, les légumes doivent être cuits.

10mn avant de servir, ajoutez les cubes de saumon et 200ml de crème fraîche. Salez, poivrez.

Faites cuire à feu moyen jusqu'à ce que le saumon soit cuit. Le mélange ne doit pas bouillir.

Pour finir ajoutez de l'aneth ou du cerfeuil frais.

Servez dans des bols et ajoutez un filet de jus de citron.

Bon appétit !