les jardins d'IDéES

atelier et chantier d'insertion

L'HEBDO

Semaine 11 du 10 au 14 mars 2025

Lupin

Nos marchés sur site

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

Vendredi : de 9h à 12h

Samedi : de 9h à 12h

Cofinancé par l'Union européenne

Pays de Montbéliard Agglomération

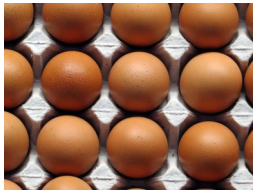
Les Jardins d'IDéES
5 bis rue Sous-Roches 25550 BAVANS
03 81 92 61 80 **contact@jardins-idees.fr**

Avec vos paniers

Rappel : les œufs changent de tarif à partir de la semaine prochaine (semaine 12)

- **La boite de 6 œufs passera à 2,60€** (au lieu de 2,45€ actuellement)
- **La boite de 12 œufs passera à 5,10€** (au lieu de 4,90€ actuellement)

Pour toute question, contactez-nous au 03 81 92 61 80 ou via contact@jardins-idees.fr



LEGUMES	Petit		Moyen		Grand		Conseil de conservation
Mâche	200g	2.08€	200g	2.08€	200g	2.08€	Quelques jours au frigo
Chou deadon	500g	1.50€	1kg	3€	1kg	3€	1 semaine au frigo
Carotte	700g	2.03€	800g	2.32€	800g	2.32€	1 semaine au frigo. Origine Haute-Saône
Epinard	490g	3.43€	630g	4.41€	720g	5.04€	Quelques jours au frigo
Pomme de terre			700g	1.68€			Plusieurs semaines dans un endroit sec et à l'abri de la lumière. Origine: Haute-Saône. Variété Mona lisa
Salade					1 pièce	1.30€	Quelques jours au frigo
Chou de Bruxelles					500g	3.25€	Quelques jours au frigo
TOTAL		**9.04€**		**13.49€**		**16.99€**	

Nouvelles des jardins

Les ventes de plants 2025 sont annoncées !

Réservez dès à présent vos dates pour nos ventes de plants annuelles !
Plus d'informations à venir dans cet hebdo et sur nos réseaux : Facebook, Instagram, site Internet

Développement des petit pois

Les 2 tunnels de petits pois se développent bien et ils ont bien tenu le choc suite au froid de ces derniers temps. Souvenez-vous (hebdo S08), nous avons planté ces 2 tunnels à 3 semaines d'écart pour échelonner les récoltes qui devraient se faire en avril/mai. Pour l'instant la différence de développement entre les 2 tunnels est significative, à voir si cela se confirme dans le temps. Cette semaine, Sébastien, chef de culture, sème des petits pois en plein champ en semis direct, pour une récolte prévue en juin, si tout va bien !

Plant de petit pois sous tunnel

Taille des framboisiers

Bourgeon de framboisier

Depuis 3 semaines, nous avons commencé la taille des petits arbres fruitiers : framboisiers, mûres…

Les framboisiers peuvent être rapidement envahissants car ils se développent avec des rejets provenant des racines, que l'on appelle drageons.

Chaque année, à la fin de l'hiver, il faut éliminer les tiges sèches à ras et tailler les tiges restantes. Pour cela il suffit de tailler la tige voulue au dessus d'un bourgeon naissant en gardant 1m/1m20 au dessus du sol, comme sur la photo ci-contre.

La vente de compost reprend aux Jardins d'Idées :

Recettes

Gratin de chou deadon au comté

Pour 2/3 personnes

1 Chou
270 g de Comté
1 cube de bouillon bio
40 g de beurre
Muscade et sel
20 cl de lait
2 Œufs
20 cl de crème liquide
2 Saucisses fumées en rondelles

Faites blanchir le chou en lamelles dans un grand volume d'eau bouillante pendant 3 minutes avec un cube de bouillon.
Egouttez soigneusement et cuire dans 40 g de beurre sur feu moyen : 5 minutes à découvert et 10 min à couvert.
Taillez le comté en petit dés. Fouettez les œufs avec le lait, puis ajoutez la crème. Salez et ajoutez la muscade.
Disposez le chou, les dés de comté et les rondelles de saucisses dans un plat à gratin. Versez dessus la crème aux œufs.
Parsemez de quelques noisettes de beurre et enfournez pour 30 minutes.

Pâtes au Pesto d'épinard

Pour 2 personnes
100 g d'épinard
Jus de citron
Parmesan
Huile d'olive et tournesol

Lavez 100 g d'épinard, ôtez les tiges centrales et égouttez les soigneusement.
Mixez avec ½ c à café de jus de citron, 2 c à soupe de parmesan, 4 cs d'huile olive, et 1 cs de tournesol, salez.
Faites cuire les pâtes de votre choix et ajoutez du pesto à votre goût, mélangez et servir.

Si vous avez trop de pesto, vous pouvez le rouler en boudin serré dans un film plastique, et le congeler.

Bon appétit !