



Nos marchés sur site

Mercredi : de 9h à 12h30

**+ producteur local
(viande de bœuf)**

Vendredi : de 9h à 12h

Samedi : de 9h à 12h



Cofinancé
par l'Union
européenne



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



Avec vos paniers

Conservation des radis

Pour conserver vos radis au mieux : coupez les fanes !



En effet, si les fanes restent accrochées aux radis, elles vont survivre en aspirant les ressources des radis et ceux-ci vont devenir creux.

Chou chinois

Très riche en vitamine C, c'est un allié puissant !



Cuisinez les premières feuilles et mangez crues en salade les plus tendres dès réception de votre chou !

les jardins
d'IDÉES

atelier et chantier d'insertion

L'HEBDO

Semaine 18 du 28 avril au 2 mai 2025



Plant de capucine

LEGUMES	Petit		Moyen		Grand		Conseil de conservation
Radis botte	1 botte	1.90€	1 botte	1.90€	1 botte	1.90€	Quelques jours au frigo. Pour une meilleur conservation, coupez les fanes !
Carotte	800g	2.20€					1 semaine au frigo. Origine Haute-Saône.
Carotte botte			1 botte	2.95€	1 botte	2.95€	1 semaine au frigo. Pour une meilleur conservation, coupez les fanes !
Salade	1 pièce	1.40€	1 pièce	1.40€	1 pièce	1.40€	1 semaine au frigo
Chou Chinois	800/900g	3.47€	900g/1kg	3.85€	1kg/1.1kg	4.24€	1 semaine au frigo
Endive			480g	3.36€	590g	4.13€	1 semaine au frigo. Origine France
Patate douce					500g	2.35€	1 semaine, hors du frigo. Origine France
TOTAL		8,97€		13,46€		16,97€	

Article de l'Est Républicain sur les Jardins d'Idées

Jardins d'Idées : plus de 20 000 plants bio en vente pour lancer la saison

13 000 plants en pot et 8 000 en mottes seront en vente aux jardins d'insertion de Bavans, durant quatre jours à partir de samedi. Un moment essentiel pour la structure, en difficultés financières, qui fait tout pour relancer l'activité.

La préparation des plants est un travail minutieux effectué par des salariés en insertion.

Il a fait beau et chaud, puis il a plu au meilleur des moments. En langage de maraîcher, voilà qui s'appelle un début de saison presque parfait.

La serre à semis, « c'est le point névralgique et stratégique du début de saison, un moment fort de l'année, précise Virginie Zuzaniuk. Tout ce qu'on vend pousse ici, on a commencé à semer début mars. » Choux, tomates, concombres, poivrons, aubergines, salades, persil, romarin, ciboulette, basilic...

Si cette vente est importante, c'est aussi parce que les finances ne sont pas au beau fixe. La structure a fait l'objet, fin 2024, d'une « procédure d'alerte » de la part du commissaire aux comptes en charge du suivi de leurs finances, en tant que structure bénéficiant de fonds publics.

Redresser la barre, et vite
Il faut donc redresser la barre, et vite, voilà pourquoi le moindre détail est désormais scruté à la loupe. En commençant par le soin de la terre, retournée par un agriculteur voisin. Un gros coup de main pour les Jardins qui disposent, en plus de leurs serres, de huit hectares de culture en plein champ.



Photo Lionel Vadam

Des terres, laissées au repos, ont été remises en culture. La culture de la pomme de terre, arrêtée à cause des nuisibles, a été relancée sur un hectare, avec l'espoir d'une production d'une quinzaine de tonnes.

Les Jardins d'Idées vont augmenter leur production en 2025 dans l'espoir de sortir de leurs difficultés financières, rappellent Virginie Zuzaniuk, responsable d'activité de la structure, et Mehdi Manna, directeur de l'enssembleier Défi.

Tout est donc fait pour augmenter les chances de faire une belle saison. Cela demande, aussi, une grande flexibilité, les yeux rivés sur les prévisions météo. « Quand on a vu qu'il allait pleuvoir, explique Virginie Zuzaniuk, le chef de culture est venu travailler un samedi matin pour semer ce qu'il restait à semer en plein champ, là où on n'arrose pas. »



Photo Lionel Vadam

Article de Boris Massaini paru le 21 avril 2025.

Ponts de mai :

Organisation des livraisons

Nous n'annulons aucune livraison, les livraisons sont toujours décalées

- Paniers des mardis et mercredis : pas de changement
- Paniers des jeudis 1/8/29 mai + Cave Parisot : livrés les mardis après-midi de la même semaine
- Paniers des vendredis 2/9/30 mai : livrés les mercredis après-midi de la même semaine

Si vous êtes absents ou que les dates ne conviennent pas, pensez à annuler votre panier. Vous pouvez également doubler les paniers des semaines suivantes !



Salade de radis rose

(du blog asoupealacitrouille.blogspot.com)

- 1 botte de radis
- 2 c à soupe d'herbes fraîches (ciboulette, persil, estragon)
- 2 grosses c à soupe de fromage blanc



Sel poivre

Lavez et coupez les extrémités des radis.

Coupez-les finement en rondelles (au robot idéalement).

Mélangez le fromage blanc avec les herbes, salez, poivez.

Mélangez la sauce avec les radis et dégustez frais.

Nouilles sautées à la sauce soja et au chou chinois pour 4 personnes

- 75 g de noix de cajou
- 250 g de nouilles chinoise
- 3 oignons
- 3 gousses d'ail
- 1 poivron rouge
- 75 ml de sauce soja
- 2 C à soupe de sauce chili
- 1 C à soupe d'huile de sésame
- 100 g de champignon de Paris
- 1 chou chinois
- 3 C à soupe d'huile
- 1 C à soupe de gingembre râpé
- 2 C à soupe de vinaigre de riz

Faites griller les noix de cajou sans matière grasse dans une poêle et réservez. Coupez les oignons en rondelles. Epluchez et pressez. Coupez le poivron en deux et taillez-le en lanières. Coupez les champignons en tranches. Coupez les feuilles en petits tronçons, plongez-les 5 minutes dans l'eau bouillante salée.

Faites chauffer l'huile dans une poêle et faites revenir quelques instants les oignons, l'ail et le gingembre.

Ajoutez le poivron, les champignons et le chou chinois et faites revenir de tous les côtés, ajoutez les nouilles, mélangez-les et faites cuire quelques minutes.

Mélangez la sauce soja, la sauce chili, le vinaigre de sésame, ajoutez à la préparation aux légumes et poursuivez la cuisson quelques minutes.

Saupoudrez avec les noix de cajou et la coriandre et servir les nouilles sautées.



Bon appétit !