

L'HEBDO

Semaine 4 du 20 au 24 janvier 2025



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



Avec vos paniers

Vente complémentaire

Pomme de terre variété Monalisa (chair tendre) 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>



Cotoneaster

LEGUMES	Petit		Moyen		Grand		Conseil de conservation
Pomme de terre (agria)	900g	2.16€	800g	1.92€	1kg	2.40€	Plusieurs semaines dans un endroit sec et à l'abri de la lumière. Origine: Haute-Saône
Poireau	650g	2.54€	800g	3.12€	800g	3.12€	1 semaine au frigo
Betterave cuite	1 pce	2.00€	1 pce	2.00€	1 pce	2.00€	Date sur emballage et 3 jours après ouverture du sachet. Origine: France
Salade	1 pce	1.30€	1 pce	1.30€	1 pce	1.30€	3/4 jours au frigo
Radis noir	300g	0.99€	300g	0.99€	500g	1.65€	1 semaine au frigo
Carottes			350g	1.02€	700g	2.03€	1 semaine au frigo
Cresson			200g	2.08€	200g	2.08€	1 semaine au frigo
Ail			150g	1.05€	350g	2.45€	Plusieurs semaines au frais
TOTAL		8.99€		13.48€		17.03€	



Une nouvelle semaine débute sous un froid mordant, avec -5°C affichés au thermomètre ce lundi matin. Mais rassurez-vous, nos équipes ne se laissent pas décourager et poursuivent leurs efforts pour préparer la belle saison qui s'annonce !

Avec ces températures glaciales, la gestion de l'arrosage devient un véritable casse-tête. Nous devons attendre les rares moments où il ne gèle pas pour irriguer nos cultures, puis purger le circuit d'irrigation à chaque fois pour éviter les dégâts liés au gel. Malgré ces contraintes, les semis lèvent bien ! Les cultures progressent lentement mais sûrement, même dans ces conditions hivernales exigeantes.



Nouveaux semis de petits pois

Côté récoltes, le gel complique également les opérations. Nous devons attendre que les légumes dégèlent avant de les récolter pour préserver leur qualité et leur intégrité. Cela nous oblige à morceler les récoltes et à ajuster sans cesse notre organisation. Une gymnastique quotidienne, mais toujours avec le sourire !

En parallèle, plusieurs travaux avancent à bon rythme dans les champs et les serres. La préparation des sols est en cours pour accueillir les premiers semis de carottes et de poireaux. Pour cela, nous utilisons la technique de l'occultation :



Tunnel de salades multicolore

une fine couche de compost de la compostière de Vieux-Charmont est étalée à la surface du sol pour bloquer la pousse des mauvaises herbes, tout en conservant l'humidité et la chaleur. Une méthode naturelle et efficace pour créer des conditions idéales.

Dans la serre, nous avons commencé les semis de poireaux en pépinière. Ces jeunes plants prendront leur temps pour grandir et seront repiqués en plein champ au mois de juin.

Autre chantier en cours : le retrait des grandes toiles tissées utilisées dans les champs. Ces bâches imposantes de 5 m sur 100 m demandent une belle énergie collective pour être enlevées et repliées. Mais une chose est sûre : ce travail physique a le mérite de réchauffer les corps !

Enfin, nous avons terminé la semaine dernière la transformation des petits fruits récoltés tout au long de l'année. Nous avons ainsi réalisé près de 2500 pots à partir des quelques 400 kg de fruits récoltés et congelés. Un vrai régal en perspective pour vos petits-déjeuners et goûters.



Un mini aperçu des confitures !



Portrait



Stéphane a commencé à travailler à l'âge de 18 ans, dans divers domaines comme l'industrie et le bâtiment.

Il est entré aux jardins il y a déjà une année, avec un projet de reconversion dans le maraîchage.

Après avoir été au désherbage et semis, il est depuis quelques mois en charge des préparations de commandes (professionnelles et autres). Il accompagne également l'équipe de préparation de vos paniers chaque matin. Des postes clés aux jardins !



Sirop de radis noir pour la toux grasse

(Recette d'Esther, adhérente panier)

Saviez-vous que le radis noir était un bon allié pour la toux grasse ?! En effet, il est expectorant et va naturellement aider le corps à désencombrer les bronches.



Le radis noir est aussi riche en vitamine C et en antioxydants.

Couper un radis noir en tranches ou en cubes. Dans un plat, disposez les bouts de radis noir et recouvrir de sucre (de poids équivalent au radis). Laissez macérer toute une nuit voir 24h. Recueillir le jus et mettre dans une bouteille, il se conservera plusieurs jours au frigo. Vous pouvez prendre une c. à café pure ou dans de l'eau chaude.

Poireau mimosa

Pour une entrée : comptez 1 ou 2 poireaux par personne

Préchauffez le four à 160°.

Coupez les poireaux pour garder le fut blanc et un peu de vert. Gardez les restes de vert pour une soupe (vous pouvez les congeler). Laver minutieusement les poireaux et séchez-les. Badigeonnez-les d'huile d'olive et déposez les poireaux sur une plaque avec un papier cuisson.



Enfournez pour 45mn à 160°.

Pendant ce temps faites cuire des œufs 10mn à l'eau bouillante. Refroidissez-les sous l'eau et écaillez-les. Ecrasez-les avec une fourchette.

Préparer une vinaigrette avec de la moutarde, de l'huile d'olive et du vinaigre balsamique. Une fois les poireaux cuits, sortez-les du four et faites tiédir.

Placez-les sur un plat et coupez légèrement dans la longueur pour les ouvrir. Arrosez de vinaigrette et saupoudrez d'œufs.