

L'HEBDO

Semaine 17
 du 20 au 24 avril 2026



Fleur de magnolia

Nos marchés sur site

Mercredi : de 9h à 12h30
 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

Votre panier



Carottes nouvelles !

Ca y est, elles sont là ! Les carottes nouvelles sont dans vos paniers cette semaine.

Elles ont été récoltées à la main bien sur et régalerons vos papilles.

Ce n'est pas la peine de les éplucher, elles sont si tendres qu'elles peuvent être simplement grattées.



LEGUMES	Petit		Moyen		Grand		Conseil de conservation
Carottes nouvelles	1 botte	2.95€	1 botte	2.95€	1 botte	2.95€	4 à 5 jours au frigo sans les fanes
Radis bottes	1 botte	1.70€	1 botte	1.70€	1 botte	1.70€	2 jours au frigo sans les fanes
Endives	-	-	300g	2.10€	500g	3.50€	4 à 5 jours au frigo
Chou chinois	1 pièce	3.10€	1 pièce	3.10€	-	-	1 semaine au frigo
Oignons	-	-	500g	1.40€	500g	1.40€	Plusieurs semaines au frais et à l'abri de la lumière
Pommes de terre	500g	1.35€	850g	2.30€	1kg	2.70€	2 semaines au frais et au sec
Pois mange tout	-	-	-	-	400g	4.80€	2 à 3 jours au frigo
TOTAL		9.10€		13.55€		17.05€	



Vente de plants :

samedi 25 avril,
mercredi 29 avril,
samedi 2 mai,
mercredi 6 mai.



Pensez à vos pré-commandes !

La liste de plants est disponible sur notre site internet / Facebook et Instagram

[Liste plants jardins d'idees 2026.pdf](#)

Elle sera également en version papier dans le panier de cette semaine.

Toutes les commandes devront être récupérées sur place aux horaires indiquées, tout est indiqué sur la liste des plants.

Nous ne livrerons pas sur les points de dépôts (pour des raisons de conditions de transport).



Activité salariés

Dernière ligne droite avant samedi !

Tout le monde s'active aux jardins pour vous accueillir dans les conditions les plus favorables.

Un grand nettoyage est en cours et les préparatifs continuent.

De nouveaux panneaux seront mis en place pour s'orienter plus facilement sur l'exploitation.

Les plants sont prêts et attendent de trouver un jardin d'accueil.

Pour faciliter l'identification, chaque plant possède un pot de couleur différente.



Recettes

Poêlée de chou chinois et carottes à l'asiatique



Ingrédients (4 pers.) : 1 petit chou chinois d'environ 300g, 5 carottes soit environ 500g, 1 oignon blanc, 1 gousse d'ail, 1 morceau de gingembre frais d'environ 2 cm, 2 càs d'huile d'olive, 1/2 càs d'huile de sésame grillé ou toasté, 1 càs de sauce soja, sel et poivre, 1 càs de graines de sésame, coriandre fraîche.

Éplucher les carottes et les râper avec une grosse râpe.

Ôter les premières feuilles du chou chinois, puis le couper très finement pour obtenir de fines lamelles.

Éplucher et ciseler finement ail et oignon.

Gratter le gingembre puis le râper avec une râpe fine ou le hacher avec un bon couteau très fin.

Dans une grande poêle, faire chauffer les deux huiles, puis y faire revenir quelques minutes à feu doux oignon, ail et gingembre sans les faire colorer.

Ajouter les carottes et le chou et assaisonner avec le sel, le poivre et la sauce soja.

Faire cuire sur feu moyen pendant 5 mn à couvert, puis encore 5 mn à découvert à feu un peu plus vif en remuant régulièrement.

Au moment de servir, parsemer de graines de sésame toastées et éventuellement de coriandre fraîche.

Bon appétit !