



Nos marchés sur site



Votre panier



les jardins  
**d'IDÉES**  
atelier et chantier d'insertion

## L'HEBDO

Semaine 32 du 07 au 11 août 2023



l'Europe  
**Songage**  
en  
Franche-Comté  
avec le Fonds Social Européen



Les Jardins d'IDÉES

5 bis rue Sous-Roches 25550 BAVANS  
03 81 92 61 80 [contact@jardins-idees.fr](mailto:contact@jardins-idees.fr)

**Mercredi : de 9h à 12h30  
+ producteurs locaux  
(pain, viande de bœuf)  
Vendredi de 9h à 12h**



**Mardi 15 août férié**

Les paniers du mardi 15 août seront livrés le mercredi après-midi

Pas de changements pour les autres points de dépôts.

Merci de votre compréhension



Fraisier

LEGUMES	Petit		Grand		Conseil de conservation
Mûre			1 pièce	4.25 €	2-3 jours au frigo à consommer rapidement
Concombre			1 pièce	1.30 €	1 semaine au frigo
Tomate	650 g	2.08 €	1 kg	3.20 €	1 semaine au frigo ou dans la cuisine
Pâtisson	500 g	1.15 €	1 kg	2.30 €	1 semaine au frigo / 10 jours au frigo
Oignon rouge botte	1 botte	2.30 €			1 semaine au frigo
Radis			1 botte	1.50 €	1 semaine au frigo
Haricot	300 g	3.00 €			Au frigo 1 semaine maxi—se congèle très bien juste blanchi
Tomate cerise			250 g	2.00 €	1 semaine au frigo ou dans la cuisine
<b>TOTAL</b>		<b>8,53€</b>		<b>14,55 €</b>	



En 2021 nous débutons un test de culture de lentilles en partenariat avec la chambre d'agriculture. Après cet essai concluant, nous avons intégré cette plantation dans notre plan de culture. L'année 2022 a été prolifique puisque nous avons récolté près de 2 tonnes de lentilles.

La récolte 2023 s'annonce, à priori, moins prometteuse. La météo capricieuse a favorisé l'enherbement (adventices) et freiné le développement de la plante. Nous attendons un créneau favorable pour commencer la récolte.



Nous avons terminé de ramasser les betteraves rouges, pour une récolte estimée à 5 tonnes environ. Les variétés récoltées sont les « Noire d'Égypte », « Bolivar » et « Chioggia ».

De belles carottes arrivent également avec notamment une variété de carotte rouge, que vous retrouverez bientôt dans vos paniers.



Il a 15 jours avait lieu aux Jardins, le tournage d'un volet de l'émission « épicerie fine » qui sera diffusée sur la chaîne TV5 monde courant novembre. Nous vous tiendrons au courant !



L'équipe de tournage est restée la journée aux jardins et a suivi nos équipes. Un temps a été consacré à la préparation du repas partagé du mardi et au dispositif paniers solidaires. Une belle occasion de promouvoir notre métier et notre territoire !



## C'est le retour des commandes de cagettes de tomates !

**La cagette de 5kg pour 15€**  
**Livrée sur votre dépôt - Prix spécial Adhérent**

### Comment commander ?

→ Par mail sur [contact@jardins-idees.fr](mailto:contact@jardins-idees.fr)

→ Par téléphone au 03 81 92 61 80

→ Sur votre compte CocagneBio

<https://jardinsidees.cocagnebio.fr>  
(dans « Notre boutique »)

Le paiement se fera avec le prélèvement mensuel ou par chèque



## Actualités Salariés

Tous les mardis nous partageons un repas, préparé par un jardinier(ière), accompagné(e) par Maria, bénévole aux Jardins. Un menu très amélioré cette semaine car Aziza nous a préparé un beau gâteau pour marquer et conclure son passage aux Jardins. En effet elle termine son contrat cette semaine.



Fort de son expérience et avec le soutien des Jardins, elle a démarré depuis plusieurs semaines une recherche active d'un travail compatible avec sa vie de famille et développé en même temps son projet de pâtisserie à domicile. Nous lui souhaitons beaucoup de réussite pour la suite !



### Pâtisson farci

1 pâtisson—Persil - 1 œuf  
1 oignon—1 échalote  
50 g de lardons ou dés de jambon ou blanc de poulet —50 g de riz cuit ou boulgour—1/2 c à café de muscade—1 c à soupe de crème fraîche—50 g de parmesan



Cuire le riz ou le boulgour. Ebouillanter le pâtisson entier 15 mn dans l'eau salée. Ciseler le persil. Emincer l'oignon et l'échalote et les faire revenir dans une cuillère à soupe d'huile. Ajouter les lardons, le riz, le persil, l'œuf battu avec la muscade et la crème. Couper un chapeau au pâtisson, enlever les graines et le farcir de la préparation. Enfourner pour 15 mn à 180°, parsemé de parmesan

### Pâtisson farci végétarien

1 pâtisson—Persil - 1 oignon  
1 échalote—3 tomates—50 g boulgour —20 g de noisettes concassées—Légumes de saison à votre disposition—50 g de parmesan— 1 pointe de piment d'Espelette—1 c à café de cumin— Herbes sèches.



Cuire le boulgour. Ebouillanter le pâtisson entier 15 mn dans l'eau salée. Peler et épépiner les tomates. Ciseler le persil. Emincer l'oignon et l'échalote. Faire revenir les herbes dans l'huile, ajouter l'oignon et l'échalote émincées. Mettre ensuite les autres légumes coupés en petits dés et le cumin, laisser mijoter 10mn. Ajouter le boulgour, le persil, 1 pointe de piment. Couper un chapeau au pâtisson, enlever les graines et le farcir de la préparation. Enfourner pour 15 mn à 180°, parsemé de parmesan. Mettre les noisettes concassées et servir aussitôt

**Bon appétit !**