

## L'HEBDO

Semaine 49 du 1er au 5 décembre 2025



### FERMETURE ANNUELLE DES JARDINS

Les jardins seront fermés du **22 décembre 2025 au 2 janvier 2026 inclus** en raison des fêtes de fin d'année.

Toute l'équipe souhaite de très bonnes fêtes de fin d'années aux adhérents.



### Nos marchés sur site

***Mercredi : de 9h à 12h30***

***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](mailto:contact@jardins-idees.fr)



### Votre panier



### Zoom sur ....



**670 g**



**Carotte !**

LEGUMES	Petit		Moyen		Grand		Conseil de conservation
Butternut	1kg	2.40€	1.3kg	3.12€	2kg	4.80€	Plusieurs semaines au frais
Poireaux	800g	2.16€	900g	2.43€	1.1kg	2.97€	2/3 semaines
Pommes de terre	700g	1.68€	900g	2.16€	1kg	2.40€	Plusieurs semaines au frais
Oignons	500g	1.20€	500g	1.20€	600g	1.44€	2/3 semaines
Carottes	600g	1.62€	500g	1.35€	800g	2.16€	Plusieurs semaines au frais
Radis roses	-	-	1 botte	1.70€	1 botte	1.70€	1 semaine au frigo
Céleri			500g	1.65€	500g	1.65€	Quelques jours au frigo
<b>TOTAL</b>		<b>9.06€</b>		<b>13.61€</b>		<b>17.12€</b>	



## Les jardins d'IDéES s'invitent aux Lumières de Noël !

Une soupe locale et solidaire sur le stand du square Sponeck, des légumes sains, frais et de saison en partenariat avec le collectif M'Ani&Fest vous réchaufferont tout au long des Lumières de Noël.

Une belle façon de célébrer le travail réalisé par nos salariés et de mettre nos légumes à l'honneur.

## Les Ateliers cuisine

Cette semaine, retour en images sur les ateliers de cuisine organisés à Pont-de-Roide et Bavans dans le cadre du dispositif Paniers Solidaires.

Dans une ambiance chaleureuse et conviviale, les participants ont pu découvrir de nouvelles façons de cuisiner les légumes de saison, échanger leurs astuces et repartir avec des recettes simples et savoureuses. Ces moments partagés illustrent parfaitement l'esprit du dispositif : créer du lien, valoriser les produits locaux et encourager une alimentation saine et accessible à tous.



## Poireaux au jambon gratinés au comté

**Ingédients :** 20g de beurre, 6 tranches de jambon blanc, 3 poireaux, 10g de gros sel et 100g de comté.

Lavez les poireaux, ôtez la partie verte puis coupez-les en deux tronçons égaux. Plongez les poireaux dans une eau bouillante salée et faites-les cuire 15 min sans couvrir. Egouttez-les sur du papier absorbant puis enroulez chaque tronçon de poireau d'une tranche de jambon.

Préchauffez le gril du four à 200°C. Dans une petite casserole, faites fondre le beurre, saupoudrez de farine et remuez. Faites chauffer pendant 10 secondes sur feu moyen. Versez le lait progressivement, en mélangeant sans cesse au fouet pour éviter les grumeaux.

Assaisonnez la béchamel avec du sel, du poivre et une pincée de muscade. Faites épaissir à faible ébullition sans cesser de remuer pendant 4 à 5 minutes.

Beurrez un plat à four, versez les deux tiers de la béchamel dans le fond, déposez par-dessus les poireaux au jambon et recouvrez du reste de béchamel.