



Nos marchés sur site



Votre panier



les jardins  
d'IDÉES

atelier et chantier d'insertion

L'HEBDO

Semaine 49 du 4 au 8 décembre 2023



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

Vendredi de 9h à 12h

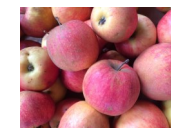


Les Jardins d'IDÉES

5 bis rue Sous-Roches 25550 BAVANS

03 81 92 61 80 [contact@jardins-idees.fr](mailto:contact@jardins-idees.fr)

## Vente de Pommes



Pommes bio en sac de 5kg,  
Origine : Pom'Alsace à Riquewihr.

Variété **Galiwa** : Idéale à croquer.

**16€ le sac de 5kg**  
Soit **3.20€/kg**

Livrées avec vos paniers sur votre point de dépôt de  
la semaine 47 à 51 (dans la limite des stocks  
disponibles)

### Pour commander :

- Par téléphone 03 81 92 61 80
- par mail [contact@jardins-idees.fr](mailto:contact@jardins-idees.fr)
- ou directement sur  
<https://jardinsidees.cocagnebio.fr>

LEGUMES	Petit		Grand		Conseil de conservation
Oignon jaune	350g	0.88€	450g	1.13€	2-3 semaines dans un endroit frais et sec
Potimarron	1.1kg	2.97€	1.7kg	4.59€	2-3 semaines dans un endroit frais et sec
Carotte	1kg	2.30€	1kg	2.30€	10 jours au frigo
Mâche			150g	1.50€	3 à 4 jours au frigo
Pomme de terre	1kg	2.30€	1kg	2.30€	Variété Désirée. 2-3 semaines dans un endroit frais et sec
Chou rave			600g	1.32€	10 jours au frigo
Salade			1 pièce	1.30€	3 à 4 jours au frigo
<b>TOTAL</b>		<b>8,45€</b>		<b>14,44€</b>	



Ça ne vous aura pas échappé, la semaine débute avec des températures plus que fraîches. Plus que jamais, l'échauffement du matin est attendu pour réchauffer les corps et les esprits avant de se mettre à la tâche.

Pour contrer tant que possible ce froid, les chantiers de ce début de semaine consisteront à vider les tout derniers tunnels de leurs cultures d'été (tomate, poivrons et aubergines). De quoi mouvoir et réchauffer tout le monde, au moins à l'abri du vent et de la bise.

De façon générale, la période hivernale permet aux maraîchers de calmer un peu le rythme, de faire le point sur des aspects qui ne peuvent être abordés en pleine saison de production ou encore de dresser des perspectives pour l'avenir et les saisons suivantes.

Nous nous inscrivons pleinement dans cette dynamique hivernale, à l'exception près que nous travaillons une partie de nos thématiques au niveau national... en lien avec les autres Jardins de Cocagne, notamment via le forum du Réseau Cocagne qui a lieu tous les 2 ans, et qui s'est tenu la semaine dernière à La Rochelle.

Cinq personnes de l'équipe s'y sont rendus pour participer aux réflexions et ateliers consacrés à des thèmes qui nous sont chers. Entre autres : rôle de l'Insertion par l'Activité



Economique dans une économie au service de la transition écologique et sociale, développement d'une alimentation de qualité pour toutes et tous, question de l'émancipation au travers d'un travail qui fait sens.

*Un évènement organisé sous le signe des **fiertés***

*Fiers de nos modèles associatifs*

*Fiers de notre mission sociale*

*Fiers d'être producteurs*

*Fiers de nourrir sainement*

*Fiers d'être des développeurs territoriaux*

Des moments riches et denses qui nous permettent à tous de nous rappeler les valeurs et l'utilité du travail que nous effectuons collectivement au quotidien, nous, adhérents, bénévoles ou salariés des jardins.

Merci au Jardin Arozoar (Jardin de Cocagne de La Rochelle) et au Réseau Cocagne pour cette belle organisation !

## Vente de Pomme de terre

Pomme de terre variété Agria en sac de 10kg

Origine : Mont de Gy, Haute-Saône



**20€ le sac de 10kg**

**Soit 2€/kg**

Livré avec vos paniers sur votre point de dépôt de la semaine 50 à 51 + le mois de janvier

**Pour commander :**

→ Par téléphone 03 81 92 61 80

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

→ ou directement sur

<https://jardinsidees.cocagnebio.fr>



## Commande de vin Vigne de Cocagne

Les Jardins d'Idées vous proposent de commander du vin bio et solidaire provenant de Vigne de cocagne, le 1<sup>er</sup> vignoble solidaire de France, situé dans l'Hérault.

Les commandes seront à retirer **exclusivement** aux Jardins d'Idées à Bavans entre le 14 et le 21 décembre.



Pour plus d'informations sur les vins vous pouvez consulter le catalogue : [Catalogue Vigne de Cocagne](#)

Pour télécharger le bon de commande : [Bon de commande](#)

**Merci de nous renvoyer ce bon de commande avant le dimanche 10 décembre sur [contact@jardins-idees.fr](mailto:contact@jardins-idees.fr)**



### Salade de chou rave, carotte et pomme

*Pour 2 personnes*

Epluchez un gros chou rave, 1 carotte et 1 pomme. Râpez-les et mettez dans un saladier.

Réalisez une vinaigrette : mélangez le jus d'1/2 citron, 1 c à soupe de miel, 2 c à soupe d'huile d'olive, sel et poivre.

Versez la vinaigrette dans le saladier et faites reposer 1h au frais avant de déguster.

Vous pouvez parsemer de graines de sésame avant de servir.



### Gratin pomme de terre / carotte

*Pour 4 personnes*

Faites préchauffer votre four à 200°C.

Lavez, épluchez et coupez en fine rondelles 4 carottes et 4 pommes de terre.

Dans un plat à gratin beurré, disposez les rondelles de carotte et pomme de terre. Vous pouvez y ajouter des lardons préalablement dorés à la poêle.

Dans un bol, mélangez 20cl de crème entière et 30cl de lait, salez, poivrez. Versez le mélange dans le plat à gratin. Recouvrir le tout de fromage râpé.

Mettre à cuire à 200°C pendant 45mn/1h selon l'épaisseur des légumes. Surveillez la cuisson des légumes avec un couteau de temps en temps.



**Bon appétit !**