



Jardin de Cocagne
Rue Romaine – Lhopiteau 28150 Voves
Carole : 02 37 99 51 61
Jean-Luc : 07 86 00 46 33

Site internet : www.jardinsolibio.fr

Email : solibiovoves@orange.fr

Soli-Bio est producteur de légumes bio, et revendeur de légumes bio, ou en conversion, d'origine française

Pour les légumes produits sur le jardin, le n° de licence ECOCERT est le :
28/109688/60136

L'idée Recette

Gratin léger d'endives au thon

Préparation : 20 minutes

Cuisson : 25 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 500 g d'endives
- 2 œufs
- 2 dl de crème fraîche
- 130 g de thon au naturel (1 boîte)
- 50 g de gruyère râpé
- sel, poivre

Préparation :

Ranger les endives cuites, bien égouttées, et coupées en 2 dans le sens de la longueur, dans un plat à gratin beurré.

Emietter le thon sur les endives.

Battre 2 œufs, et ajouter la crème fraîche. Assaisonner.

Verser la crème sur les endives.

Mettre au four à 180°C (thermostat 6).

A la fin de la cuisson, parsemer de gruyère, et faire gratiner 5 min.

Panier du 14 MARS 2017

(Sous réserve de changement de dernière minute)

Panier à 11 €

- Blettes : 1,53 €
- Carottes : 2,38 €
- Pommes : 2,45 €
- Endives : 2,72 €
- Navets violet : 1.53 €

Panier à 16 €

- Carottes : 2,38 €
- Pommes : 3,06 €
- Endives : 4,08 €
- Navets violet : 3,06 €
- Panais : 3,06 €

ACTUALITÉS DU JARDIN

Un peu de soleil, ça ne peut pas faire de mal ! La transition est frappante, mais, comme vous le savez, ce petit air de printemps ne veut pas dire que nous sommes à l'abri d'un retour du froid....

N'oublions pas les saints de glace les 11, 12 et 13 mai ! Ces dates symboliques restent un indicateurs pour les jardiniers pour les plantations en extérieur des tomates courgettes et autres plantes gélives (qui craignent le gel). Une petite précision : les saints concernés sont : saint Mamert, saint Pancrace et saint Servais, du moins à l'origine. Ne les cherchez pas sur un calendrier, ils ont tous été remplacés à ce jour. Saint Servais, parfois cité comme saint Gervais a disparu le premier, dès 1811..... Ce changement n'est pas anodin. L'Eglise souhaitait ainsi se démarquer par rapport à ces croyances ayant de fort relents de paganisme.

Curiosité, ces dates symboliques sont retardées, par exemple, dans les régions de l'est de la France, c'est une particularité de plus, et c'est aussi le reflet d'un climat plus continental !

On retrouve aussi des dictons et des croyances du même type dans d'autres pays, c'est dire l'importance de ces traces, fruit d'une observation fort ancienne.

Petit rappel, nous organisons notre prochaine journée « la culture dans tous ces états », le samedi 13 mai prochain, et ce sera aussi l'occasion d'une foire aux plants, ce qui vous permettra d'enchaîner, en toute sécurité, pour vos plantations.

Claire Genova 07 86 00 46 31

Le panier de la semaine prochaine

Mesclun, pommes de terre, haricots lingot, betterave rouge, céleri rave.

(Sous réserve de changement de dernière minute)