



Soli-BIO

le Jardin de Cocagne du Cœur de Beauce

une exploitation maraîchère biologique à vocation d'insertion sociale et professionnelle



Panier du Mardi 28 Avril 2020

Panier à 11,30 €

Blette : 1,62€
Chou rave : 1,79€
Velouté : 3,91€
Radis botte : 1,70€
Salade : 1,70€

Panier à 16,30 €

Betterave : 1,29€
Blette : 3,88€
Chou rave : 1,79€
Velouté : 3,91€
Radis botte : 1,70€
Epinard : 3,04€

"Légume" : production du jardin
* : variété ancienne (selon le référentiel)

Actualités du jardin

Quelques nouvelles de nos maraîchers. Sur les 21 personnes en insertion qui ont un contrat chez nous, seuls 12 sont présents tous les jours.

Quatre mamans isolées gardent leurs enfants, quatre personnes sont en maladie de longue durée, une personne depuis l'an dernier, une autre pour raison de fragilité vis-à-vis du Covid-19. Pour les deux autres, nous sommes désarmés. Elles ont sombré suite au confinement, au décès d'Éric, à l'ambiance générale qui accentue les fragilités. Un autre maraîcher avait suivi le même chemin, mais nous avons réussi, grâce au lien avec certains collègues à lui faire retrouver le chemin du jardin. Pour les deux personnes perdues dans leur souffrance, nous sommes bien désarmés. Charlène, notre accompagnatrice socioprofessionnelle et nos partenaires qui les accompagnent sont en télétravail et nous n'avons plus de lien direct.

Au final, cette période étrange favorise les extrêmes. Désarroi pour les uns malveillance pour certains, mais pour l'immense majorité des présents, au contraire, un formidable élan d'implication au travail. Ils sont même force de propositions. Je vous donnerai des exemples une autre fois.

Claire Genova 07 86 00 46 31

L'Idée Recette

SALADE DE CHOU-RAVE, CAROTTE ET POMME

Préparation : 15min

Cuisson : 0

Ingrédients (pour 2 personnes) :

- 1 petit chou-rave
- 1 carotte
- 1 pomme
- 1 citron
- 1 cuillère à soupe de sirop d'agave ou un peu de miel
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Sel et poivre
- 1 cuillère à soupe de graines de votre choix

Préparation :

Pressez le citron pour récupérer son jus pour la vinaigrette.

Si votre chou-rave possède encore ses feuilles, coupez-les et retirez la base du chou-rave. Épluchez-le ensuite au couteau ou à l'économe.

Lavez et épluchez également la carotte.

Lavez mais n'épluchez pas votre pomme. Utilisez le côté gros trous de votre râpe et râpez tout ce joli monde dans un saladier

Le panier de la semaine prochaine

Carotte botte, aillet, salade, radis....
(Sous réserve de changement de dernière minute)

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

Jardin de Cocagne
Rue Romaine – L'hôpital 28150 Voves

<http://www.jardinsolibio.fr>

solibiovoves@orange.fr

Mickael : 02 37 99 51 61

Cindy : 07 85 82 75 53