

## FERMETURE POINT DE DEPÔTS

Les vacances arrivent, pendant celles-ci, certains points de dépôts fermeront, et seront relayés par d'autres points de dépôts, en voici la liste :

-le foyer **St Léger** est fermé les semaines 30, 31, 32, 33, vous pourrez retirer vos paniers le vendredi à la **Maison de la Jeunesse** 10 bis rue Gamard à Tours de 15h30 à 18h.

-le centre social des **Acacias** de Amboise fermera les semaines 32, 33, 34, 35, vos paniers seront livrés le vendredi pendant cette période, à **Millésime** 54 rue Nationale à Amboise de 11h à 19h.

-le **Garage du Centre** de Château Renault, ferme les semaines 33, 34, 35, vos paniers seront livrés le mercredi au **Garage Vergeon** 43 rue Gambetta à Château Renault.

-l'**Audonien** de Saint Ouen les Vignes fermera les semaines 31, 32, 33, vos paniers seront disponibles le jeudi à la mairie de Saint Ouen, 4 place de l'Eglise de 11h à 12h et de 14h à 17h.

## HUILE DE TOURNESOL ET DE CHANVRE

### Huile de chanvre de la Ferme du Roucheux :

Prix : 7,50€ la bouteille de 25cl

### Huile de tournesol :

Prix : 2,50 € la bouteille de 50 cl

La livraison s'effectuera en même temps que votre panier dès réception de votre règlement.

Contactez-nous si vous êtes intéressés !

RAPPEL : REGARDER BIEN VOS ETIQUETTES SUR VOS PANIERS VOUS INFORMANT DU SOLDE DE VOTRE COMPTE  
UN SOLDE A 0 NE SIGNIFIE PAS SUSPENSION AUTOMATIQUE DES LIVRAISONS.  
TOUT PANIER LIVRE SERA DÛ.  
LES JARDINS DE CONTRAT Roucheux 37530 MONTREUIL EN TOURAINE Tél. : 02.47.30.05.56  
Site Internet : [www.jardinsdecontrat.fr](http://www.jardinsdecontrat.fr) eMail : [infos@jardinsdecontrat.fr](mailto:infos@jardinsdecontrat.fr)



# Feuille de Chou 287



COMMISSION EUROPÉENNE  
Fonds social européen



RESEAU COCAGNE

## Semaine 28



## CONTENU DU PANIER

CONCOMBRE

PETIT POIS

TOMATES

SALADE

## RECETTE DE LA SEMAINE

### THON AUX TOMATES ET PETIT POIS

#### Ingrédients (pour 4 personnes)

- 1 boîte de 400 g de thon à l'huile
- 4 tomates bien mûres
- 300 g petits pois frais
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 poignée de basilic frais
- huile d'olive
- sel, poivre

Préparation : 20 minutes

Cuisson : 20 minutes

Faire bouillir une grande casserole d'eau salée. Attendre que l'eau bout pour y faire cuire les petits pois pendant environ 10 min.

Inciser les tomates en croix à la base. Les plonger 30 sec dans de l'eau bouillante puis les peler. Couper la chair en gros morceaux

Hacher l'oignon, l'ail et le basilic. Faire chauffer 1 cuillère à soupe d'huile d'olive et mettre à dorer ce hachis quelques minutes.

Ajouter les tomates, mélanger, puis ajouter les petits pois égouttés.

Laisser mijoter à feu vif environ 10 minutes, puis ajouter le thon égoutté et coupé en morceaux.

Retirer du feu et servir bien chaud, avec de la salade. .

## LA VIE DE LA FERME

Besoin de mains, d'idées, d'imagination, de talents...

Comme vous le savez, notre association organise sa traditionnelle fête de la courge le dimanche 14 septembre prochain.

Pour la réussite de cet évènement qui devrait accueillir plus de 2 000 visiteurs, nous nous permettons de vous solliciter afin de nous aider pour l'organisation de cette manifestation (le samedi et/ou le dimanche) : montage des stands, aménagement et décoration du site, confection et service des repas, tenue du bar... Outre l'aspect organisationnel, la préparation reste pour nous un moyen de vous rencontrer de façon conviviale et festive. D'ores et déjà, n'hésitez pas à nous contacter pour nous faire part de votre éventuel souhait de nous aider.

Merci beaucoup

L'équipe des Jardins de Contrat

#### Calendrier Vacances

Nous vous avons transmis il y a 2 semaines un calendrier concernant la suspension des paniers pour la période estivale. Nous vous demandons de rayer les semaines où vous serez absents et d'apposer le chiffre « 2 » sur les semaines où vous en prendrez deux. Merci de nous retourner ce calendrier par le biais de votre point de dépôt ou de nous l'envoyer par courrier, par fax (02 47 30 44 69) ou par mail (infos@jardinsdecontrat.fr). Pensez à mettre votre nom sur le calendrier, merci !

#### PETITS RAPPELS :

- Il est très important de venir récupérer son panier **le jour de livraison**. D'une part, il ne faut pas oublier que le(s) gérant(s) de votre point de dépôt sont entièrement bénévoles et nous rendent un grand service ; alors évitons de les encombrer... D'autre part, vous pourrez savourer des légumes frais !!!
- Nous vous remercions également de bien vouloir rapporter vos sacs vides sur vos points de dépôt.

## FERMETURE POINT DE DEPÔTS

Les vacances arrivent, pendant celles-ci, certains points de dépôts fermeront, et seront relayés par d'autres points de dépôts, en voici la liste :

-le foyer **St Léger** est fermé les semaines 30, 31, 32, 33, vous pourrez retirer vos paniers le vendredi à la **Maison de la Jeunesse** 10 bis rue Gamard à Tours de 15h30 à 18h.

-le centre social des **Acacias** de Amboise fermera les semaines 32, 33, 34, 35, vos paniers seront livrés le vendredi pendant cette période, à **Millésime** 54 rue Nationale à Amboise de 11h à 19h.

-le **Garage du Centre** de Château Renault, ferme les semaines 33, 34, 35, vos paniers seront livrés le mercredi au **Garage Vergeon** 43 rue Gambetta à Château Renault.

-l'**Audonien** de Saint Ouen les Vignes fermera les semaines 31, 32, 33, vos paniers seront disponibles le jeudi à la mairie de Saint Ouen, 4 place de l'Eglise de 11h à 12h et de 14h à 17h.

## HUILE DE TOURNESOL ET DE CHANVRE

### Huile de chanvre de la Ferme du Roucheux :

Prix : 7,50€ la bouteille de 25cl

### Huile de tournesol :

Prix : 2,50 € la bouteille de 50 cl

La livraison s'effectuera en même temps que votre panier dès réception de votre règlement.

Contactez-nous si vous êtes intéressés !

RAPPEL : REGARDER BIEN VOS ETIQUETTES SUR VOS PANIERS VOUS INFORMANT DU SOLDE DE VOTRE COMPTE  
UN SOLDE A 0 NE SIGNIFIE PAS SUSPENSION AUTOMATIQUE DES LIVRAISONS.  
TOUT PANIER LIVRE SERA DÙ.  
LES JARDINS DE CONTRAT Roucheux 37530 MONTREUIL EN TOURAINE Tél. : 02.47.30.05.56  
Site Internet : [www.jardinsdecontrat.fr](http://www.jardinsdecontrat.fr) eMail : [infos@jardinsdecontrat.fr](mailto:infos@jardinsdecontrat.fr)



# Feuille de Chou 287



COMMISSION EUROPÉENNE  
Fonds social européen



RESEAU COCAGNE

## Semaine 28



## CONTENU DU PANIER

TOMATES

COURGETTES

SALADE

BOTTES D'OIGNONS BLANCS

PERSIL

## RECETTE DE LA SEMAINE

### CLAFOUTIS DE COURGETTES AU CHÈVRE ET OLIVES NOIRES

#### **Ingrédients :** (pour 4 personnes)

600 g de petites courgettes  
2 petits chèvres fermier (ou crottin)  
10 olives noires dénoyautées et coupées en 2  
100 g de farine  
2 œufs  
2 dl de lait entier  
4 cuillères à soupe d'huile d'olive  
1 cuillère à soupe de chaque herbe : persil, ciboulette, estragon  
Cerfeuil, coriandre  
2 brins de thym frais  
1/4 cuillère à café de curry  
sel et poivre

**Préparation :** 20 minutes

**Cuisson :** 30 à 35 minutes

Couper en longues et fines lanières les courgettes avec un couteau économe. Chauffer 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, ajouter les courgettes et le thym effeuillé.

Cuire à feu moyen en remuant pour évacuer l'eau. Saler, poivrer. Émietter le fromage (ôter la croûte si utilisation de crottins).

Tamiser la farine avec le curry, sel, poivre. Verser les œufs battus en omelette, mélanger au fouet et verser le lait peu à peu, puis le reste de l'huile. Lorsque la pâte est bien lisse, incorporer le fromage, les herbes et les olives.

Répartir les lanières de courgettes dans un plat à gratin. Verser la pâte sur les courgettes.

Cuire à four chaud 210° (Th 7) 30 à 35 mn.

Servir tiède avec une salade verte.

## LA VIE DE LA FERME

Besoin de mains, d'idées, d'imagination, de talents...

Comme vous le savez, notre association organise sa traditionnelle fête de la courge le dimanche 14 septembre prochain.

Pour la réussite de cet événement qui devrait accueillir plus de 2 000 visiteurs, nous nous permettons de vous solliciter afin de nous aider pour l'organisation de cette manifestation (le samedi et/ou le dimanche) : montage des stands, aménagement et décoration du site, confection et service des repas, tenue du bar... Outre l'aspect organisationnel, la préparation reste pour nous un moyen de vous rencontrer de façon conviviale et festive. D'ores et déjà, n'hésitez pas à nous contacter pour nous faire part de votre éventuel souhait de nous aider.

Merci beaucoup

L'équipe des Jardins de Contrat

#### Calendrier Vacances

Nous vous avons transmis il y a 2 semaines un calendrier concernant la suspension des paniers pour la période estivale. Nous vous demandons de rayer les semaines où vous serez absents et d'apposer le chiffre « 2 » sur les semaines où vous en prendrez deux. Merci de nous retourner ce calendrier par le biais de votre point de dépôt ou de nous l'envoyer par courrier, par fax (02 47 30 44 69) ou par mail (infos@jardinsdecontrat.fr). Pensez à mettre votre nom sur le calendrier, merci !

#### **PETITS RAPPELS :**

- Il est très important de venir récupérer son panier **le jour de livraison**. D'une part, il ne faut pas oublier que le(s) gérant(s) de votre point de dépôt sont entièrement bénévoles et nous rendent un grand service ; alors évitons de les encombrer... D'autre part, vous pourrez savourer des légumes frais !!!
- Nous vous remercions également de bien vouloir rapporter vos sacs vides sur vos points de dépôt.