

## CONTENU DU PANIER

POMME DE TERRE NOUVELLE  
 CRESSONNETTE DU MAROC  
 COURGETTE  
 AUBERGINE/POIVRON  
 TOMATE CONCOMBRE

## LA CRESSONNETTE DU MAROC

La cressonnette du Maroc ou Cressonnette marocaine ou Radichetta (comme elle se nomme en Italie son pays) est une laitue (*Lactuca sativa*) et non un cresson. On la surnomme également « langue de canari ».

*D'origine incertaine la laitue cultivée semble être la modification de la laitue sauvage qui pousse à l'état sauvage en France, en Europe méridionale, à Madère, en Algérie, en Asie occidentale. Les Grecs et Romains cultivaient la laitue comme salade. Les Romains en faisait une grande consommation et avaient bon nombre de variétés, des frisées, des pommées, et des laitues à feuilles allongées, panachées de rouge qui étaient sans doute « les ancêtres » de la laitue Romaine. Ils terminaient leur souper par une salade dont ils relevaient le goût avec de la roquette. Ils pensaient que la salade aidait à trouver le sommeil. Elle est introduite au XVI e siècle en Italie ou on la nomme laitue Romaine puis en France ou elle est tout d'abord servie sur la table des papes d'Avignon. On la sert au début des repas pour exciter l'appétit. Par la suite les différentes variétés seront cultivées et améliorées à partir du XVII e siècle par la France, la Hollande, l'Allemagne.*



## Feuille de Chou 338



## Semaine 30



## FERMETURE POINT DE DEPOT

POINT DE DEPOT	DATES	REMPLACEMENT
Garage du Centre <b>Château-Renault</b>	8 au 31 août	Garage Vergeon (75 rue Voltaire)
L'Audonien <b>St Ouen les Vignes</b>	3 au 16 août	Mairie
Cordonnerie <b>Paul Bert</b>	27 juillet au 30 août  <b>ATTENTION 2 POINTS DE DEPOTS</b>	<i>Rituit BRUNO (TABAC)</i> <i>59 quai Paul Bert</i> De 15h00 à 19h30 le jeudi (6h30-12h30 le vendredi si besoin)  <b>Semaines 31/32/35</b> = 30/07, le 6/08 et le 27/08  ..... <i>Le sulky (café)</i> <i>55 quai Paul Bert</i> De 15h00 à 20h00 le jeudi  <b>Semaines 33/34</b> =13/08 et le 20/08
Garage AD <b>Monnaie</b>	3 au 23 août	

## RECETTE DE LA SEMAINE

### TARTINE CAMPAGNARDE TOMATE ET JAMBON DE PARME

#### Ingrédients (pour 4 personnes)

- Cressonnette du Maroc
- 4 tomates
- 200 g de mozzarella
- 12 feuilles de basilic
- 4 tranches de jambon de parme
- 4 tranches épaisses de pain de campagne
- 1 gousse d'ail
- 10 cl d'huile d'olive
- Sel, poivre du moulin

#### Préparation

1. Préchauffez le four à 220°C (th.7/8). Détaillez la mozzarella en lamelles et ciselez le basilic. Détaillez les tomates en tranches.
2. Faites dorer les tranches de pain à l'ail et à l'huile d'olive dans une poêle.
3. Recouvrez de lamelles de mozzarella, ajoutez les tomates, assaisonnez, parsemez de basilic et faites cuire au four 15-20 min.
4. Dans une poêle, faites griller le jambon puis disposez-le sur les tomates.
5. Disposez les tartines sur un lit de cressonnette du Maroc relevé de vinaigre balsamique.

BON APPETIT

#### PETITS RAPPELS :

- IL EST TRÈS IMPORTANT DE VENIR RECUPERER SON PANIER **LE JOUR DE LIVRAISON**. D'UNE PART, IL NE FAUT PAS OUBLIER QUE LE(S) GERANT(S) DE VOTRE POINT DE DEPOT SONT ENTIEREMENT BENEVOLES ET NOUS RENDENT UN GRAND SERVICE ; ALORS EVITONS DE LES ENCOMBRER... D'AUTRE PART, VOUS POURREZ SAVOURER DES LEGUMES FRAIS !!!
- NOUS VOUS REMERCIONS EGALEMENT DE BIEN VOULOIR RAPPORTER VOS SACS VIDES SUR VOS POINTS DE DEPOTS.
- REGARDEZ BIEN VOS ETIQUETTES SUR VOS PANIERS VOUS INFORMANT DU SOLDE DE VOTRE COMPTE. UN SOLDE A ZERO NE SIGNIFIE PAS UNE SUSPENSION AUTOMATIQUE DES LIVRAISONS. TOUT PANIER LIVRE SERA DU.

## LA VIE DE LA FERME

Chers adhérents,

Cette semaine, l'équipe des Jardins de Contrat souhaite de nouveau vous solliciter en tant qu'adhérents à l'association. Cette fois ci, ceci concerne notre mission première et fondamentale : la réinsertion sociale et professionnelle.

En effet, par vos relations et vos secteurs d'activité professionnelle, vous êtes peut-être en contact avec d'éventuels employeurs. Les salariés des Jardins de Contrat sont à la recherche de différentes expériences professionnelles (emplois directs, formations, stages...) et ceci, dans des domaines très variés tels que la mécanique, le bâtiment, la livraison de marchandises, les espaces verts, l'aide à domicile, la cuisine, l'industrie...

Nous savons que la majeure partie des offres d'emploi sont relayée par le « bouche à oreille ». C'est donc les quelques 1200 oreilles que représente le réseau d'adhérents des Jardins de Contrat que nous nous permettons de solliciter aujourd'hui. Alors si vous entendez parler de possibles embauches dans votre entourage, n'hésitez pas à contacter l'association.

Merci beaucoup.

**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)**