

## CONTENU DU PANIER

- Pommes de Terre
- Oignon
- Haricot demi-sec « Borlotto »
- Tomate

## FERME PEDAGOGIQUE

### « Rien ne se perd, tout se recycle »

N'oubliez pas le projet de **création d'une aire de pique-nique** par la ferme pédagogique (cf. Feuille de chou n° 342) fin Septembre et Octobre.

Cette aire de pique **pensée et réalisée par les jeunes** ne sera faite qu'avec des **matériaux de récupération**. C'est dans ce cadre que nous vous sollicitons.

Nous avons besoin de caisses à pommes, peintures en tous genres, planches toutes dimensions, chutes de papiers ponces, toiles de jute en grande quantité...

Appelez au 02.47.30.05.56 et demandez Emeline

MERCI DE VOTRE SOUTIEN

### PETITS RAPPELS :

- IL EST TRES 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.



## Feuille de Chou 344



COMMISSION EUROPÉENNE  
Fonds social européen



## Semaine 36



RESEAU COCAGNE

# Portes Ouvertes

**SAMEDI 19 SEPTEMBRE**

**10H30 à 18h00**

Ferme du Roucheux à Montreuil en Touraine

Un beau programme en perspective... :

- Ouverture des portes à 10h30.
- Départ des visites guidées du jardin et démonstration de la traction animale : 11h00, 14h30 et 16h00.
- Inauguration de la nouvelle entreprise d'insertion « Construire'Eco ».
- Pique-nique à 12h30 : chacun apporte son petit plat pour le partager avec tout le monde. Des musiciens seront présents pour égayer ce repas !
- Toute la journée : animation dans le jardin pédagogique, vente de légumes, exposition photos, démonstration éco-construction, et, musique (n'hésitez pas à apporter votre instrument) !!!

**Nous espérons vivement vous rencontrer lors de cette journée qui vous est dédiée, alors venez nombreux avec vos amis et votre famille!!!**

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)

## RECETTE DE LA SEMAINE

### Haricots demi-secs à la tomate

#### Ingrédients :

800g de demi-secs non écossés  
1 tomate,  
2 gousses d'ail  
1 oignon  
4 grains de poivre  
1 feuille de laurier  
1/2 piments d'Espelette ou 1 piment niora (facultatif)  
1 branche de thym  
Huile d'olive  
Beurre  
Gros sel

#### Préparation :

Écossez les demi-secs. Couvrez d'un cm d'eau dans une casserole, ajoutez la tomate coupée en 4, l'oignon épluché et coupé en 2, les gousses d'ail pelées et dégermées, le laurier, le thym. Ne SALEZ PAS A CE MOMENT, sinon les haricots durciront. Mettez à cuire et à ébullition, laissez mijoter 30mn, salez. Laissez encore cuire 10 à 15 mn, jusqu'à ce que les haricots soient bien mous. Dans les assiettes, arrosez d'un filet d'huile d'olive ou d'un morceau de beurre.

## LA VIE DE LA FERME

Bonjour à vous chers lecteurs,

*Je m'appelle Kevin, ancien soigneur d'équidé en formation. Je suis arrivée à la ferme pour poursuivre ma passion du cheval. Je voudrais être moniteur d'équitation pour réaliser mon rêve. Cela fait deux mois que je travaille sur la ferme où j'ai plaisir à cultiver vos légumes.*

*Comme chaque matin, je viens à la ferme avec le sourire. Ma première tâche consiste à nourrir les chevaux et les ânes. Puis nous les brossons et allons chercher des légumes avec une charrette. Nous sommes attentifs à leur santé et en particulier à l'état de leurs sabots.*

*Dans les prochains mois, je souhaiterais débourrer Quimper breton de 4 ans. Le débouillage consiste à apprendre au cheval toutes les activités avec l'homme (montage, traction...).*

*Au cours des activités faites au sein de la ferme, j'ai appris une autre manière d'utiliser un cheval en pratiquant la traction.*

*J'attends de cette année aux jardins de contrat de mettre une « petite somme » de côté pour pouvoir financer mon monitorat en équitation.*

*Sur ces mots, j'espère vous voir aux portes ouvertes et éventuellement répondre à vos questions.*

*Merci à vous d'avoir lu ce petit résumé de la ferme et bonne semaine.*

*Kévin*