

Semaine du développement durable

Dans le cadre de la semaine du développement durable *Construir'Eco*, *Roucheux Développement* et les *Jardins de Contrat* se réunissent pour organiser 2 journées Portes Ouvertes sur le site du Roucheux :

**LE VENDREDI 2 AVRIL ET
LE MERCREDI 7 AVRIL 2010
DE 8H00 A 12H30 ET DE 13H30 A 16H00**
(Cf : feuille de chou n°368)

La ville d'Amboise organise une journée développement durable le **samedi 3 avril de 10h à 19h** (quai du Général de Gaulle).

Marché thématique avec plusieurs pôles : habitat, énergie, jardinage bio, alimentaire.

**Construir'Eco et les Jardins de Contrat
participent à cet évènement.**

COTISATION 2010

Vous ne savez plus si vous avez réglé ou non votre cotisation ?

Reportez-vous sur l'étiquette de votre panier : si **COTISATION 2010** est inscrit, envoyez-nous votre **règlement de 10 € au plus vite SVP** (8€ sont reversés au Réseau Cocagne).



Feuille de Chou 369



RESEAU COCAGNE

Semaine 11



Contenu du panier



- OIGNON
- POURPIER
- PANAI
- CHOU DE BRUXELLES
- POMME DE TERRE



SUSPENSION PRINTANIERE DES PANIERES SEMAINE 14 (du 5 au 11 avril 2010)

Nous ne confectionnerons ni livrerons de paniers durant cette semaine comme prévu dans l'abonnement annuel.

L'abonnement annuel prévoit 48 paniers à l'année, soit 2 semaines de suspension au printemps et 2 semaines à Noël.

EXCEPTIONNELLEMENT CETTE ANNEE, UNE SEULE SEMAINE DE SUSPENSION AU PRINTEMPS ETANT DONNE L'ABSENCE DE LIVRAISON LA PREMIERE SEMAINE DE JANVIER DUE AUX INTEMPERIES.

La Vie de la Ferme

Bonjour à tous

Je ne vais pas vous reparler cette semaine du commencement assez rude de cette année dû aux intempéries mais de la vie qui change de jour en jour à la ferme. Sauf peut-être qu'on a failli « perdre » quelques personnes en ramassant les choux de Bruxelles la semaine dernière à cause du vent verglaçant.

Cela fait 1 an et demi que je travaille ici et je suis heureuse de voir l'évolution qui a été apportée pour nous et pour le reste de l'équipe.

Ex : - une machine à laver les légumes racines qui nous facilite beaucoup le travail.

- un espace de préparation des paniers ainsi qu'une aire de lavage qui sont en cours de montage.

- un renforcement du suivi des personnes en contrat ici par rapport à leur projet.

- l'écoute de chacun par nos porte-paroles pour le progrès de la ferme.

- mais aussi la mise en place de formations sur la ferme. J'ai eu l'opportunité de participer en février dernier à la formation sur la fabrication de brique de terre crue qui m'a énormément plu.

Tout le monde participe à ces transformations qui nous donnent envie d'avancer un peu plus dans nos projets. Même si on sait qu'on ne restera pas, ces améliorations pourront profiter à d'autres personnes après nous.

Sophie

Recette de la semaine

CHOUX DE BRUXELLES A LA TOMATE

Ingrédients : pour 4 personnes

- 500 g de choux de Bruxelles
- 2 carottes
- 1 petit concentré de tomates
- 2 oignons
- 2 échalotes
- 1 morceau de sucre ou 1 cuillère à café de miel
- 20 cl d'eau
- sel, poivre, persil

Préparation :

- Nettoyer les petits choux et les blanchir 10 mn à l'eau bouillante salée.
- Dans une cocotte (idéalement en fonte) ou une poêle, faire revenir les oignons émincés, jusqu'à ce qu'ils soient translucides.
- Ajouter la carotte en julienne (on peut aussi la râper) et l'échalote émincée et laisser cuire 2-3 minutes.
- Egoutter les choux et les mettre dans la cocotte.
- Saler, poivrer, ajouter le concentré de tomate, le persil ciselé et la cuillère de miel ou le sucre.
- Mélanger et laisser confire à demi-couvert et à feu très doux environ 30 mn.

LES JARDINS DE CONTRAT « Roucheux »
37530 MONTREUIL EN TOURAINE
Tél. : 02.47.30.05.56
Site Internet : www.jardinsdecontrat.fr
eMail : infos@jardinsdecontrat.fr

Semaine du développement durable

Dans le cadre de la semaine du développement durable *Construir'Eco*, *Roucheux Développement* et les *Jardins de Contrat* se réunissent pour organiser 2 journées Portes Ouvertes sur le site du Roucheux :

**LE VENDREDI 2 AVRIL ET
LE MERCREDI 7 AVRIL 2010
DE 8H00 A 12H30 ET DE 13H30 A 16H00**
(Cf : feuille de chou n°368)

La ville d'Amboise organise une journée développement durable le **samedi 3 avril de 10h à 19h (quai du Général de Gaulle)**.

Marché thématique avec plusieurs pôles : habitat, énergie, jardinage bio, alimentaire.

Construir'Eco et les Jardins de Contrat participent à cet évènement.

COTISATION 2010

Vous ne savez plus si vous avez réglé ou non votre cotisation ?

Reportez-vous sur l'étiquette de votre panier : si **COTISATION 2010** est inscrit, envoyez-nous votre **règlement de 10 € au plus vite SVP** (8€ sont reversés au Réseau Cocagne).



Feuille de Chou 369



RESEAU COCAGNE

Semaine 11



Contenu du panier



- OIGNON
- LENTILLE
- PANAI
- CHOU MILAN
- POMME DE TERRE



SUSPENSION PRINTANIERE DES PANIERS SEMAINE 14 **(du 5 au 11 avril 2010)**

Nous ne confectionnerons ni livrerons de paniers durant cette semaine comme prévu dans l'abonnement annuel.

L'abonnement annuel prévoit 48 paniers à l'année, soit 2 semaines de suspension au printemps et 2 semaines à Noël.

EXCEPTIONNELLEMENT CETTE ANNEE, UNE SEULE SEMAINE DE SUSPENSION AU PRINTEMPS ETANT DONNE L'ABSENCE DE LIVRAISON LA PREMIERE SEMAINE DE JANVIER DUE AUX INTEMPERIES.

La Vie de la Ferme

Bonjour à tous

Je ne vais pas vous reparler cette semaine du commencement assez rude de cette année dû aux intempéries mais de la vie qui change de jour en jour à la ferme. Sauf peut-être qu'on a failli « perdre » quelques personnes en ramassant les choux de Bruxelles la semaine dernière à cause du vent verglaçant.

Cela fait 1 an et demi que je travaille ici et je suis heureuse de voir l'évolution qui a été apportée pour nous et pour le reste de l'équipe.

Ex : - une machine à laver les légumes racines qui nous facilite beaucoup le travail.

- un espace de préparation des paniers ainsi qu'une aire de lavage qui sont en cours de montage.

- un renforcement du suivi des personnes en contrat ici par rapport à leur projet.

- l'écoute de chacun par nos porte-paroles pour le progrès de la ferme.

- mais aussi la mise en place de formations sur la ferme. J'ai eu l'opportunité de participer en février dernier à la formation sur la fabrication de brique de terre crue qui m'a énormément plu.

Tout le monde participe à ces transformations qui nous donnent envie d'avancer un peu plus dans nos projets. Même si on sait qu'on ne restera pas, ces améliorations pourront profiter à d'autres personnes après nous.

Sophie

Recette de la semaine

PUREE DE PANAIS

Ingrédients : (pour 4 personnes)

- 400 grs de panais
- 400 grs de pommes de terre
- 1 oignon
- 3/4 de litre de lait environ
- 3 cuillères à soupe de crème fraîche
- sel, poivre
- quelques brins de persil pour la décoration

Préparation : Grattage des légumes

- Peler les pommes de terre et l'oignon, racler les panais.
 - Couper les légumes en dés.
 - Les placer dans une grande casserole et les recouvrir avec le lait. Saler et poivrer.
 - Mettre à cuire à feu vif et réduire lorsque l'ébullition commence. Laisser cuire environ une demi-heure.
 - Quand le mélange est cuit, écraser à la fourchette ou au presse-purée (surtout pas au mixer). Puis ajouter deux grosses cuillerées de crème fraîche, mélanger... c'est prêt !
- Cette purée accompagnera à merveille vos plats de viande.

LES JARDINS DE CONTRAT « Roucheux »
37530 MONTREUIL EN TOURAINE
Tél. : 02.47.30.05.56
Site Internet : www.jardinsdecontrat.fr
eMail : infos@jardinsdecontrat.fr