



RESEAU COCCAGNE

# Feuille de Chou 399

## Semaine 42

### Contenu du panier



NAVET.....BETTE...  
POIREAU...CHICOREE...CELERI BRANCHE



### Recette de la semaine

#### Flamiche au Poireau

Préparation : 15 min

Cuisson : 30 min

Ingrédients :

- 1 boîte de lardons fumés (200 g)
- 500 g de poireaux
- 4 cuillères à soupe de farine
- 25 cl de lait
- 3 oeufs
- 1 paquet de gruyère râpé

Préparation :

Faire blanchir les blancs de poireaux.

Faire revenir les lardons, puis ajoutez la farine hors du feu pour que cela forme un mélange homogène mais épais. Ajouter-y les blancs de poireaux. Assaisonner.

Délayer avec le lait pour obtenir une béchamel épaisse. Ajouter les 3 jaunes d'oeufs 1 à 1 en remuant énergiquement, puis ajouter-y du gruyère râpé.

Battre les blancs en neige et incorporer-les délicatement à votre préparation.

Verser sur la pâte (au choix : brisée/feuilletée) et saupoudrer de gruyère râpé.

Faire cuire au four à 180° (thermostat 6) pendant 30 min environ. Server, bon appétit !

**LES JARDINS DE CONTRAT « Roucheux »**

37530 MONTREUIL EN TOURAIN

Tél. : 02.47.30.05.56

Site Internet : [www.jardinsdecontrat.fr](http://www.jardinsdecontrat.fr)

eMail : [infos@jardinsdecontrat.fr](mailto:infos@jardinsdecontrat.fr)

## La Vie de la ferme

La semaine dernière une équipe de jeunes âgés de 16 à 18 ans est venue faire un stage à la ferme accompagnée de deux éducatrices. Le but de la semaine était de découvrir quelques activités professionnelles de la ferme (maraîchage, confection des paniers ...) Ils avaient également un projet à réaliser à la semaine. Leur mission n'était pas des plus simple et pourtant elle a été réussie avec grand succès !

Il s'agissait de transformer les anciennes soues (étables) à cochons qui servaient à accueillir il y a quelques années une truie et ses petits en un poulailler. C'est ainsi qu'une volière avec nichoirs et perchoirs a été construite.

Suite à une forte demande des enfants qui viennent des écoles et des centres de loisirs, il fallait un lieu où l'on puisse observer le mode de vie des animaux de la ferme. Ainsi, une **basse cour** aménagée était nécessaire, celle-ci héberge donc poules et cochons d'Inde, elle pourra peut être même accueillir bientôt d'autres animaux : lapins, oies...

Voici le témoignage d'un jeune que je vous laisse découvrir ! A très bientôt !

*Maud, animatrice de la ferme pédagogique*

« Nous sommes six jeunes de Tours venus découvrir la vie à la ferme pendant cinq jours. Nous avons rencontré les employés avec lesquels nous avons travaillé (Claude, Noël, Julien...) »

« Nous avons construit un poulailler et appris à faire le béton pour fixer les poteaux et faire tenir la volière avec Maud. »

« Nous avons aussi découvert le maraîchage et le tri des légumes. Certains d'entre nous se sont occupés des chevaux, d'autres ont travaillé le bois pour construire de jolis perchoirs pour les poules. »

« Nous avons constitué les paniers de légumes avec Sonia. Cette semaine nous a permis de nous intéresser à plusieurs métiers (bâtiment, menuiserie, jardinage, animalerie, vente.).L'ambiance était très sympathique et nous avons beaucoup apprécié la soupe de 10 heures. Le poulailler est prêt, nous attendons les poules »

## Report de paniers

Un petit rappel pour celles et ceux qui ont suspendu des livraisons de paniers et qui ne les ont pas encore reportés :

Pensez à nous communiquer les dates où vous souhaitez reporter vos paniers, c'est-à-dire choisir la (ou les) semaine(s) où vous aurez 2 paniers, avant la fin de l'année 2010.

Merci de votre compréhension.