



RESEAU COCCAGNE

Feuille de Chou 400

Semaine 43



Contenu du panier

CELERI RAVE SALADE POMME D'OR
RADIS POMME DE TERRE
VARIETE : NICOLA



La Vie de la ferme

Bonjour à tous,

Nous allons vous faire partager les travaux actuels de la ferme.

Côté maraîchage, nous sommes sur un des mois les plus chargés et les plus difficiles. En effet, parallèlement aux récoltes pour les paniers, nous récoltons les légumes en plein champ (betteraves, céleri rave, courges....) pour les stocker pendant l'hiver. Tout ce travail est la finalité de tout ce qui a été accompli ces derniers mois. Nous pensons particulièrement aux travaux de désherbage effectués cet été.

Nous continuons les plantations dans les multi-chapelles et allons bientôt investir la nouvelle.

L'équipe chantier éco-construction/maintenance travaille sur site et tente d'optimiser les outils et espaces de stockage. Ils ont également construit des jardins carrés pour l'école de Pocé sur Cisse et réfléchissent à la construction d'un abri de jardin.

La ferme pédagogique, après l'accueil du chantier éducatif, s'apprête à accueillir les centres de loisirs pour les vacances, proposant des ateliers maraîchage, éco-construction, jeux de piste sur la ferme...

Le froid arrivant, nous devons nous adapter au changement de température et aux premières gelées.

Mais, nous gardons le sourire...

L'équipe des Jardins

LES JARDINS DE CONTRAT « Roucheux »

37530 MONTREUIL EN TOURAINNE

Tél. : 02.47.30.05.56

Site Internet : www.iardinsdecontrat.fr eMail : infos@iardinsdecontrat.fr

Recette de la semaine

CLAFOUTIS AUX 2 CELERIS ET JAMBON DE PARME

Ingrédients pour 6 personnes

½ céleri-rave et 3 branches de céleri	2 c à s de farine
Une tranche de 200 g de jambon de Parme	45 cl de lait
100 g de ricotta	3 œufs
2 gousses d'ail	20 g de beurre
Sel fin et Poivre du moulin	1 c à s d'huile

Préparation

Préchauffez le four à 210°C, thermostat 7.

Dans un saladier, battez ensemble les œufs, la farine et le lait. Salez et donnez quelques tours de moulin à poivre et laissez reposer.

Epluchez le céleri-rave et avec une mandoline, râpez-le assez épais. Nettoyez les branches de céleri et détaillez-les en petits tronçons. Faites blanchir 5 mn le céleri râpé dans de l'eau bouillante. Egouttez soigneusement.

Coupez le jambon en petits dés. Pelez et émincez l'ail et faites-le revenir dans l'huile chaude.

Préparation du clafoutis

Déposez les dés de jambon et les légumes sur le fond d'un plat à gratin.

Versez la pâte sur les légumes.

Faites cuire au four 30 minutes environ, le dessus doit dorer sans brunir.

Servez chaud ou tiède

INFOS culinaires et gustatives

La pomme d'or est très appréciée par un grand nombre d'entre vous, elle se déguste le plus souvent farcie, soit aux légumes, à la viande ou au fromage.

CUISSON POMME D'OR : COUPER LE CHAPEAU, OTER LES GRAINES.

FAIRE CUIRE A LA VAPEUR 15 MIN, PUIS RECUEILLIR LA CHAIR ET LA MELANGER AVEC LA FARCE CHOISIE.

VOUS TROUVEREZ DES RECETTES SUR NOTRE SITE INTERNET EN CLIQUANT SUR PANIER PUIS FEUILLE DE CHOU ET SUR LA N°356.