

## LA VIE DU JARDIN

~~ TOP INFO ! ~~

Une belle proposition  
de notre mairie :  
**exister** sur son site internet  
(en création) !

Autant dire, une aubaine pour une  
meilleure visibilité locale !



**Merci à Cédric**, l'artisan

« informatique », membre du conseil municipal qui prend le temps d'intégrer  
toutes nos remarques et qui va s'employer à faire vivre les Jardins selon leur  
actualité, semaine par semaine !

Vous voulez visiter ce nouveau point d'information,  
voici la marche à suivre :

<https://mairie-parsac-rimondeix.fr/fr/>

Rubrique : « Vie pratique » ou « Associations », c'est comme vous voulez,  
les Jardins sont là !

~~ Les conclusions du Réseau Cocagne...

suite à la journée de la terre du 22 avril 21 ~~

La reconnaissance à la terre, une nécessité pour tous !



Le respect de la terre fait partie de l'ADN des Jardins de  
Cocagne. Parce qu'il va de pair avec le respect de l'humain, en  
l'occurrence les quelques 5000 femmes et hommes en parcours  
d'insertion, que les Jardins de Cocagne emploient chaque année  
dans un cadre de travail le plus qualitatif possible. Parce que la  
coopération avec le vivant qui sous-tend les principes de l'Agriculture  
Biologique, nous semble plus productive et pérenne que la tentation de le  
maîtriser.

Et parce que la reconnaissance à la terre est synonyme de bien-être et a une  
fonction thérapeutique ; nous l'observons tous les jours sur les Jardins.  
Aujourd'hui, cette reconnexion à la terre, nous souhaitons la rendre accessible  
à tous, à travers la création de nouveaux emplois sur les Jardins, mais aussi en  
investissant les villes, les quartiers, tout en pensant les besoins d'accès à  
l'alimentation en fonction des territoires (épiceries itinérantes dans les zones  
isolées, marchés solidaires dans les quartiers...). Car c'est cette terre qui nous  
nourrit et, pour les Jardins de Cocagne, c'est aussi cette terre qui nous réunit,  
vectrice de cohésion sociale. C'est, en tous cas, la vision que nous souhaitons  
partager et que nous mettons en œuvre sur le terrain, au quotidien...

## FERME DE SAINTARY

« Jardins de Saintary »

2 Saintary

23140 PARSAC-RIMONDEIX

Tel : 05 55 62 78 73

Email : [jardins.saintary@wanadoo.fr](mailto:jardins.saintary@wanadoo.fr)

N°SIRET : 48047669600012

Cette semaine :

nombre      nombre de  
d'adhérents      paniers



## Composition du panier du vendredi 28 mai 2021

Désignation	2 personnes	Désignation	3/4 personnes
Navet nouveau	1 Botte	Navet nouveau	1 Botte
Carotte nouvelle	1 Botte	Carotte nouvelle	1 Botte
Radis	1 Botte	Radis	1 Botte
Pomme de terre	1 Kg	Salade	1 Pièce
Betterave	1 Kg	Petit pois	500 G
		Betterave	1 kg
		Pomme de terre	1,5 Kg

Produits issus de l'Agriculture Biologique

Retrouvez votre feuille de chou et plus encore sur...

<https://www.facebook.com/jardins.saintart.9>

<http://jardinsdesaintary.reseaucocagne.asso.fr/>

<https://mairie-parsac-rimondeix.fr/fr/>



## CÔTÉ CUISINE

# Mijotée de pommes de terre, navets, ail en chemise et thym

Préparation : 15 minutes Cuisson : 25 minutes

### Ingrédients (quantités habituelles pour 4 pers.) :

- Des pommes de terre
- De jolis petits navets nouveaux
- Huile d'olive
- 1 oignon
- Du bouillon de légumes
- 1-3 feuilles de laurier
- Thym sec (1 branche)
- 6-7 gousses d'ail, dont une seule épluchée, les autres devant rester « dans leur chemise »
- Fleur de sel, poivre



### Préparation :

- Éplucher les pommes de terre et brosser les navets (pas la peine de les éplucher !), les rincer ; puis, les couper en petits dés.
- Éplucher l'oignon et le hacher.
- Faire chauffer un peu d'huile d'olive dans une sauteuse, ajouter l'oignon, les pommes de terre et les navets.
- Ajouter 2-3 feuilles de laurier froissées ou cassées en deux, le thym en partie émiétté sur les légumes.
- Remuer pour que le tout colore un peu, sur feu moyen, sans faire brûler.
- Ensuite, ajouter le cube de bouillon émiétté et recouvrir d'eau à hauteur des légumes.
- Ajouter une gousse d'ail écrasée, les autres non épluchées.

- Saler, poivrer. Couvrir et laisser mijoter en vérifiant régulièrement que les légumes n'attachent pas.
- Servir quand le tout est bien moelleux après avoir vérifié l'assaisonnement.

# Carottes nouvelles glacées façon Joël Robuchon

Préparation : 5 minutes Cuisson : 30 minutes

(Papier sulfurisé nécessaire à la recette)

### Ingrédients (en accompagnement pour 4 personnes) :

- 10 carottes nouvelles avec les fanes
- 30 g de beurre
- 1 c. à thé rase de sucre
- 1 pincée de sel



### Préparation :

- Éplucher et laver les carottes, raccourcir les fanes de manière à n'en laisser qu'un bon centimètre.
- Ranger les carottes les unes à côté des autres dans une casserole, ajouter le beurre, 1 pincée de sel, le sucre et mouiller d'eau juste pour les couvrir.
- Poser sur l'eau un disque de papier sulfurisé percé de quelques trous pour permettre à la vapeur de s'échapper, puis enfoncer un peu de papier dans l'eau pour le mouiller. Faire démarrer l'ébullition à feu vif, puis baisser le feu et laisser cuire doucement pendant 25 minutes.
- Retirer ensuite le papier et terminer la cuisson jusqu'à évaporation complète de l'eau 4-5 minutes en imprimant un mouvement circulaire à la casserole, afin que le beurre enrobe bien les carottes et que le glaçage soit brillant et uniforme.

*Servir avec une toque (sur la tête ☺) !  
Bon appétit !*