La Feuille de d'ARZOAAR N°120

Votre panier de la semaine 14

Bilifou

1 chou	2.25
0.25kg de mâche	3.50
0.4 kg navets	1.20
0.5kg d'oignon	1.50
1 botte de persil	1.00
1 kg de pomme de terre	2.00
1 botte de radis	1.50
Total Bilifou	**12.95 euros**

Bélébélé

1kg de carotte	2.80
1 chou	3.00
1kg d'épinard	5.00
0.4kg navet	1.20
0.6kg d'oignon	1.80
1.1 kg de pomme de terre	2.20
2 salades	3.00
Total Bélébélé	**19.00 euros**

Le coin des recettes

Pesto d'épinard

Ingrédients pour 4 personnes

75 g d'amandes
100 g d'épinards
60 g de Parmesan
1 gousse d'ail
150 ml d'huile d'olive
2 cuillères à soupe de jus de citron jaune
1 pincée de sel
1 pincée de poivre

Préparation
Lavez et essorez les feuilles d'épinard. Mixez les feuilles au robot puis ajoutez les amandes, l'ail, le Parmesan, le juste de citron et l'huile d'olive, 1 pincée de sel et 1 pincée de poivre.
Mixez à nouveau et réservez.

Tarte rustique au chou rouge, pommes et chèvre

Ingrédients
330 g de farine de blé
100 ml d'huile d'olive
1 oignon
1/3 chou rouge
2 pommes
25 ml de vinaigre de cidre
25 g de cassonade
100 g de chèvre frais
Thym frais, laurier, chapelure et sel

Préparation
Dans le bol d'un robot, versez la farine, le sel et l'huile d'olive. Mélangez le tout à vitesse moyenne en versant progressivement l'eau jusqu'à ce que la pâte forme une boule de pâte homogène, souple et lisse. Emballez dans un film fraîcheur et réservez au frais pendant 30 minutes.
Dans un grand faitout chaud, faites suer l'oignon émincé dans de l'huile d'olive jusqu'à ce qu'il soit transparent. Pendant ce temps, émincez le chou rouge en fines lamelles et l'ajouter dans le faitout. Salez au goût, bien mélanger et laissez suer pendant quelques minutes avant d'ajouter la feuille de laurier, le vinaigre de cidre et la cassonade. Laissez mijoter à couvert pendant +/ 25 minutes sur feu doux à moyen. Mélangez régulièrement et ajoutez un fond d'eau si nécessaire.
Pelez et épépinez les pommes, et les couper en petits morceaux. Ajoutez les dés de pommes et le thym au goût, et cuire encore pendant +/ 25 minutes. Versez la préparation dans un bol et la réserver au frais jusqu'à complet refroidissement.
Préchauffez le four à 190°C.
Sur un plan de travail fariné, étalez la pâte en un grand cercle sur une épaisseur de 5 mm et la piquer à l'aide d'une fourchette. Déposez-la sur une plaque allant au four couverte de papier sulfurisé. Parsemez la pâte de la chapelure et répartir la préparation froide en laissant un bord libre tout autour. Emiettez le chèvre frais et ajouter du thym frais effeuillé.
Rabattre les bords de la pâte sur la préparation et enfournez-la pendant 20 à 25 minutes.

Paniers

Cette semaine, les pommes de terre sont du Potager mignon à Prin Deyrançon et le reste de notre production.

Comme la semaine dernière, nous avons pu vous faire des paniers plus grands pour vous apporter un peu de réconfort (et de vitamines) en cette période difficile.

Retrouvez-nous sur notre page Facebook « Arozoaar Cocagne »

FR-BIO-01
Agriculture France

LD Le mont d'Or – Tél. : 06 35 37 14 79 Mail : contact.arozoaar@gmail.com
www.arozoaar-cocagne.org

Organisation du Jardin

N°119

Deux semaines déjà que le Jardin a du adapter son fonctionnement au contexte d'urgence sanitaire et aux mesures règlementaires (mesures barrières et confinement) qui s'imposent à tous. Une organisation un peu complexe mais qui jusqu'ici se passe bien grâce à la mobilisation et la bonne volonté de tous.

Nous mettons tout en œuvre pour pouvoir continuer à **vous fournir des légumes chaque semaine, assurer les activités de production indispensables et bien sûr prendre soin de nos salariés** tout en limitant les risques pour tous.
La présence de chacun sur le Jardin est limitée au maximum et fonction des activités indispensables à mener (comme les récoltes et confection des paniers, ou la préparation des sols, plantation et semis)… En effet si nous ne pouvons respecter le calendrier de plantations, nous mettrons la production de cet été …voire de cet hiver en danger et c'est la pérennité de l'association qui serait en jeu.

Les actions d'accompagnement socioprofessionnel sont malheureusement suspendues en ce moment pour les salariés en insertion. Notre accompagnateur travaille à distance et assure un suivi pour les urgences et maintient le lien pour ceux qui sont chez eux et gardent leurs enfants.

L'équipe du Jardin est aujourd'hui réduite et nous avons dû suspendre les recrutements prévus (6 personnes en insertion). Il nous semble en effet très difficile et peu souhaitable d'intégrer de nouveaux salariés dans un tel contexte.

Du côté des encadrants, Claire est chez elle pour garder ses enfants et Dimitri également, une semaine sur deux . Nous concentrons donc les tâches de production (préparation des sols, plants semis..) sur sa semaine de présence car lui seul en a les compétences .
Jenny et Fabienne télé-travaillent quand leur présence n'est pas indispensable au Jardin.

Enfin, nous tenions à vous adresser un énorme merci pour vos gentils messages d'encouragements et votre fidèle soutien!

Envie d'agir ?

Si vous pensez pouvoir participer à assurer la continuité des actions sociales pour les plus démunis en période de confinement, qui leur complique encore les choses (Aide alimentaire et d'urgence, Garde exceptionnelle d'enfants, Lien avec les personnes fragiles isolées, Solidarité de proximité) des infos ici https://covid19.reserve-civique.gouv.fr/

Légumes du mois et des suivants