



## L'actualité mijotée des Jardins de Cocagne de Fleurance

Paniers des 11 & 14 mai 2021

n°188

### 3000m<sup>2</sup> de serres supplémentaires aux Jardins

Dans le cadre du Plan de relance National et du FDI (Fonds de Développement de l'Inclusion), les Jardins de Cocagne de Fleurance ont déposé, en septembre 2020, un dossier de financement pour de nouvelles serres. Cette opération, en collaboration avec le **Réseau Cocagne** et la **Diréccte**, a été menée rapidement selon la volonté des autorités.

Après avoir signé les conventions en début d'année, passé les commandes et planifié les travaux en février, le terrassement a commencé début mars avec une société Fleurantine, la SARL DOUCET P. La société ETS BARRE, basée dans le Lot et Garonne, a pris le relai pour la fourniture et le montage des serres. Chacun respectant les délais, la réception du chantier a été faite fin avril sans réserves.

Le coût de cet investissement s'élève à 95000€, avec 75% de financement national, 20% d'autofinancement et 5% en attente de réaction d'un partenaire institutionnel local.

Avec cet outil, les Jardins de Cocagne de Fleurance vont pouvoir porter leur effectif à 26 personnes (5 permanents et 21 postes en insertion). La campagne de recrutement a déjà été lancée (1 permanent titulaire d'un BPERA en maraîchage biologique et 6 postes en insertion).

Au niveau de la production, 1000m<sup>2</sup> seront réservés à la culture de cornichons biologiques destinés aux Vergers de Gascogne.

Pour notre Président Rémi ROUX, « **nous avons maintenant un outil formidable à notre disposition pour accompagner les personnes loin de l'emploi, les sociétés locales pour la production de plantes aromatiques et médicinales, et les habitants de notre secteur pour nos paniers de produits de saison 100% locaux** ».

Ces 3000m<sup>2</sup> de serres ponctuent une campagne d'investissements menée depuis 4 ans en vue d'améliorer nos structures : la serre à semis de 240m<sup>2</sup>, la serre de séchage de 100m<sup>2</sup>, l'agrandissement de la serre d'accueil de 80m<sup>2</sup> et l'acquisition d'un nouveau tracteur. Si le montage des 3000m<sup>2</sup> de serres a été sous-traité totalement et le tracteur acheté localement, tout le reste a été réalisé par les salariés des Jardins. **Bravo et merci à eux !**





## Dans votre panier

		Panier standard	Grand panier
Artichauts violets (poivrade)	Bquet	1	1,5
Chou-fleur	Pièce	1	-
Fèves	Kilo	600 g	-
Carottes	Kilo	400 g	600 g
Salade	Pièce	1	1
Poireaux	Kilo	-	700 g
Pois gourmands	Kilo	-	600 g
Aillet	Botte	-	1
Mâche	Kilo	-	200 g
Qté d'articles		5	7

## Et si vous mijotiez...

### • Artichauts poêlés

Pour 4 personnes :

- 4 artichauts
- 2 échalotes
- Huile d'Olive
- Sel
- Poivre

1 - Préparez les artichauts : retirez les tiges et ôtez les feuilles les plus grosses. Coupez ensuite les deux extrémités (haut des feuilles + tige et partie fibreuse). Coupez ensuite les feuilles en suivant l'arrondi des feuilles jusqu'au cœur de l'artichaut en retirant les parties restées vertes. Coupez en quatre les cœurs.

2 - Une fois les artichauts parés, déposez-les dans une baignoire d'eau citronnée (cf «attention à l'oxydation»). Epluchez et émincez les échalotes. Versez de l'huile d'olive dans une sauteuse et faites chauffer. Versez les artichauts et faites-les revenir à feu doux. Ajoutez ensuite les échalotes et faites-les cuire jusqu'à ce qu'elles soient tendre (on appelle cela « les faire suer »). Couvrez et laissez cuire tranquillement une dizaine de minutes.

3 - Vous pouvez ensuite les servir avec des pommes de terre sautées ou encore du riz . Ca marche aussi très bien en salade. Accompagnez-les d'une vinaigrette épaisse c'est-à-dire presque comme une mayonnaise.

**Attention à l'oxydation :** L'artichaut comme la pomme s'oxyde très vite. Il faut donc penser à le citronner tout au long de la découpe et ensuite le déposer dans de l'eau citronnée. Cela évitera qu'il noircisse avant la cuisson.



### • Salade fraîcheur

Pour 4 personnes :

- 250 g de crevettes cuites
- 2 avocats
- 150 de mâche
- Le jus d'un citron
- 1 petit morceau de gingembre frais
- 50 g de féta
- Huile d'olive
- Ciboulette

1 - Décortiquez les crevettes. Déposez dans un saladier et versez le jus d'un citron. Pelez le gingembre puis coupez-le en petits morceaux.

2 - Coupez les avocats en deux, pelez-les puis coupez-les en morceaux. Ajoutez-les dans le saladier.

Emiettez la féta et versez-la.

3 - Mélangez le tout, ajoutez la mâche lavée, arrosez d'un filet d'huile d'olive, ciselez la ciboulette et déposez-la aussi. Servez aussitôt.

**Plat complet :** Pour ajouter des protéines et du bon gras sans alourdir la salade, faites mariner 25 minutes avant des morceaux de poisson cru très frais (achetés le jour-même) dans du jus de citron. C'est ainsi qu'on prépare les ceviche au Pérou. Une fois saisis dans la marinade, mettez-les dans la salade et servez.



## on reste en contact

### Sur notre page Facebook :

Les Jardins de Cocagne de Fleurance

### Sur notre site internet :

[jardinsdecocagnedefleurance.com](http://jardinsdecocagnedefleurance.com)

### Par téléphone : 06.81.48.76.32

Par e-mail : [jardinsdecocagne@orange.fr](mailto:jardinsdecocagne@orange.fr)

Sur notre exploitation : «Au bouquet»

Route de Sainte-Radegonde à Fleurance

Accueil du public : lun. au ven. de 8h à 13h