



Sorties de la semaine

Le 19 mai 2018 le Relais Nature du Canal de la Deûle à l'Escaut fête la nature ! La MEL et l'association Angle 349 proposent un atelier culinaire à la découverte des plantes sauvages comestibles... A vos tabliers ! Le long des berges du Canal de la Deûle à l'Escaut, on trouve une multitude de plantes sauvages... Cependant, peu d'entre nous savent que certaines sont comestibles ! Samedi 19 mai, l'association Angle 349 propose d'identifier les plus connues d'entre elles, puis de les récolter afin de les utiliser au cours d'un atelier culinaire... L'occasion de découvrir ou de redécouvrir à quel point la nature est pleine de ressources, et aussi de se régaler ! En effet, l'après-midi se terminera par une dégustation des recettes concoctées, dans la cuisine du jardin de chlorophylle, tout près du canal. Rendez-vous à partir de 14h, Durée: 3h, Public: tout public, Tarif: gratuit

Renseignements: Relais Nature 03 20 63 11 23

Jardins des Miléna



Courrier des abonnés

Un de nos abonnés, Benoit nous a communiqué une info sur son activité : Les « **Jardins des Miléna** » à Carvin, Benoit Deveycx, Paysagiste jardinier conseil est « créateur de jardins harmonieux et durables ».

Vous souhaitez aménager votre jardin ou réorganiser seulement une partie, mais ne savez pas comment vous y prendre. Afin de clarifier vos envies et éviter les erreurs et les dépenses inutiles, Benoit propose de vous accompagner dans la création de votre jardin de la conception à la réalisation. 1er rendez-vous et devis gratuits. Vous avez un problème lié au jardin et avez besoin de conseils.

Jardins des Miléna vous proposent une visite conseil à domicile et vous indiquent les gestes et principes du jardinage écologique économique en temps et argent.

Comment conjuguer l'utile et l'agréable en passant de bons moments en famille, entre amis ou entre collègues ? Jardins des Miléna vous proposent de réaliser ensemble un atelier de jardinage qui prendra place dans votre jardin. Potager en carrés, bac pour plantes aromatiques...Jardins des Miléna, Benoit Deveycx – 62220 Carvin – Tél : 06 09 60 80 28

benoit.deveycx@jardinsdesmilena.fr, www.jardinsdesmilena.fr



Semaine du 14 au 20 mai 2018

Saviez vous que le mois de mai représente à lui seul le plus gros mois en ce qui concerne les plantations dans les champs, les ¾ des légumes sont en effet plantés à cette période, que ce soit des légumes qui seront récoltés en été comme les aubergines ou à l'automne comme des céleris raves.

Le contenu de votre panier

Produits	Solo	Classique	Familial	Producteurs
Aillet botte ou échalote botte	X	X	X	L.S.I. (Wambrechies, 59) ou Vert Tige (Wavrin, 59)
Salade	X	X	X	L'esat de Wattrelos
Pomme de terre Ditta	X	X	X	Lucie Rouzé (Wambrechies, 59)
Asperge blanche		X	X	Benoit Leroy (Cobrieux, 59)
Rhubarbe	X	X	X	Biologic (Poperinge, Bel.)

Bouillie ou à la vapeur, crue ou sautée dans une poêlée de légumes, en sauce ou en vinaigrette, l'asperge s'accommode de différentes façons : de manière classique, les asperges sont bouillies quelques minutes à l'eau salée puis servies avec une sauce hollandaise à base de jaune d'œuf et de beurre. Les tiges fermes nécessitent une cuisson plus longue. Les pointes, en revanche, peuvent être dégustées crues en fines lamelles ou sautées quelques minutes dans une poêlée de légumes.

Les recettes de la feuille de chou



Asperges sauce mousseline

Pour 4 pers : 1 kg d'asperges fraîches, 1 œuf, 1 cc de moutarde, huile, le jus d'1/2 citron, sel, poivre, 1 bouquet de ciboulette

Commencer par couper une partie de la queue des asperges afin de vous défaire de la partie dure. Éplucher les asperges délicatement afin de ne pas les casser (avec un économe). Faire bouillir une grande casserole d'eau salée. Plonger les asperges et laisser cuire 15 à 20 min selon grosseur. Pendant ce temps, préparer une mayonnaise maison : Séparer le blanc et le jaune d'œuf en conservant le blanc. Mélanger le jaune, la moutarde et 1 pincée de sel, puis ajouter peu à peu l'huile pour monter une mayonnaise. Ciseler la ciboulette et l'ajouter à la mayonnaise. Saler le blanc d'œuf et monter le blanc en neige jusqu'à ce qu'il soit bien ferme. Mélanger doucement le blanc en neige avec la mayonnaise. Verser le jus de citron. Poivrer et saler si besoin. Une fois les asperges cuites, les sortir de l'eau et bien les égoutter. Servir les asperges avec la sauce mousseline. C'est une recette qui se sert aussi bien tiède que froide.

Pour 4 Pers. Prep : 20 min, cuisson : 25 min, 1 œuf dur, 2 échalotes (ou 2 aillets), 2 c à s de vin blanc, pour la sauce : moutarde de Dijon : 1 c. à c, vinaigre : 2 c. à s, huile de tournesol : 6 c. à s, persil haché : 1 c. à s, sel, poivre.

Salade de pomme de terre à l'échalote (ou à l'aillet)

Epluchez et lavez vos pommes de terre. Coupez les en rondelles et faites-les cuire 10 min à la vapeur. Pendant ce temps, préparez votre vinaigrette : Mélangez la moutarde au vinaigre, salez et poivrez. Ajoutez l'huile puis le persil et l'œuf dur écrasé à la fourchette, ainsi que l'échalote ou l'aillet émincé. Mettez vos pommes de terre dans un saladier. Arrosez-les de vin blanc. Versez la sauce vinaigrette et remuez. Rectifiez l'assaisonnement. Dégustez tiède de préférence.



Ces 3 saints au nom de St Mamert, St Pancrace, St Servais sont traditionnellement les derniers jours où des gelées nocturnes peuvent se produire. Un 4ème saint, plus tardif est la St Urbain (25 mai) est aussi connu dans les régions froides de la France (Alsace).

Ce week end c'était les Saints de Glace. période très attendue par nos producteurs !

Les saints de glace sont fêtés chaque année les 11, 12 et 13 mai. La Saint Urbain est fêtée le 25 mai. Ils sont la représentation des quatre Saints ayant vécu entre le IIIème et le Vème siècle après Jésus-Christ : Saint Mamert, Patron du 11 mai qui est mort en 474, était archevêque de Vienne. Saint Pancrace, Patron du 12 mai, mort à Rome à 14 ans, en martyr. Saint Servais, Patron du 13 mai, évêque martyr mort en 384. Saint Urbain, Patron du 25 mai, pape mort en 230.

Chacun de ses Saints est dit "Patron" d'une date qui lui est attribuée, car leur rôle était de protéger les cultures ces jours là précisément. En effet, lors de ces dates se produit depuis toujours un gel nocturne qui risque de détruire toutes les cultures. C'est pour cela que les jardiniers attendent toujours que les Saints de Glace soient derrière eux pour redémarrer les cultures. Devant l'inefficacité de la protection apportée par ces quatre Saints, on leur donna finalement le nom de "Saints de Glace". Finalement, l'évolution des croyances a fait remplacer les Saints de Glace par d'autres Saints : Sainte Estelle, Saint Achille et Sainte Rolande (le dernier Saint n'est plus à l'ordre du jour).

Tarte à la rhubarbe

Pour 4 Pers. Prep : 15 min, cuisson : 35 min. 1 pâte brisée, 500 g de rhubarbe, 60 g de sucre en poudre, 40 g de farine, 3 œufs, 25 cl de crème fraîche, 1 sachet de sucre vanillé

Préchauffez le four à 180°C (th.6). Étalez la pâte brisée dans le moule à tarte et piquez le fond. Épluchez la rhubarbe (avec un couteau), puis coupez-la en petits tronçons d'un cm. Disposez-la sur votre pâte à tarte. Battez les œufs, ajoutez le sucre en poudre, la farine tamisée et la crème fraîche. Versez le tout sur la garniture. Enfourez pendant 30 à 35 min. 5 min avant la fin de cuisson, sortez votre tarte du four et saupoudrez-la de sucre vanillé pour la caraméliser légèrement. Reprenez la cuisson.

