

Recette : Chaussons aux poireaux et mozzarella

- Laver et couper en rondelles vos poireaux crus. Puis cuisez les à la vapeur jusqu'à ce qu'ils soient fondants .
- Bien les égoutter puis les faire revenir dans une poêle chaude préalablement huilée avec de l'huile d'olive .
- Au bout de 5 min, ajouter dans cette poêle: les dés de mozzarella, les champignons crus épluchés et coupés, puis la purée de tomates confites (ou tomates confites égouttées et mixées).
- Enfin verser les épices, le basilic, l'ail puis le sel selon vos goûts.
- Pendant que le mélange refroidit, préparer votre pâte et préchauffer le four à 200°C en mode chaleur tournante.

La pâte et le montage

-Dans un récipient verser les farines tamisées, les épices, la levure, le sel et enfin l'eau. Mélanger au début avec une cuillère en bois, puis finir de pétrir la pâte avec les mains pour qu'elle soit bien homogène.

Abaisser la pâte sur 2/3 mm en forme de rectangle . Sans appuyer, dessiner au couteau les futurs rectangles sur la pâte. Puis verser l'équivalent de 2 cuil à soupe de garniture par chausson.

- Replier les chaussons sur eux, puis avec le dos d'un couteau, pincer la pâte entre chaque chausson . Puis couper les chaussons et séparer les délicatement.
- Ensuite, pincer les bords à l'aide d'une fourchette. Sur le dessus, appliquer au pinceau de l'huile d'olive ou du lait puis enfourner 15 mn.

Ingrédients:

La pâte

- 110 ml eau
- 100 g farine de blé t80
- 100 g farine complète de grand épeautre
- 6 g levure chimique
- 5 ml huile d'olive
- 3 g herbe de Provence
- 1 pincée sel

La garniture

- 400 g poireaux
- 100 g mozzarella
- 55 g champignons de Paris
- 50 g tomates confites
- Basilic ail sel

Recette :Tarte aux carottes et aux poireaux

- Eliminez la base ainsi que le vert de vos poireaux. Lavez-les puis émincez-les.
- Pelez les carottes, éliminez les extrémités puis taillez les en bâtonnets.
- Dans un poêle, faites revenir vos poireaux et les carottes dans 20 g de beurre et avec un peu de sel pendant une vingtaine de minutes en prenant soin de remuer régulièrement.
- Dans un bol, fouettez les œufs avec la crème liquide, du sel et du poivre. Ajoutez le fromage râpé et mélangez.
- Beurrez et farinez un moule. Déposez-y votre pâte brisée.
- Garnissez votre fond de tarte de poireaux et de carottes. Recouvrez du mélange œufs/crème/fromage.
- Enfournez à 210 °C pendant 30 minutes.

Ingrédients: 6 pers

- 1 pâte brisée
- 4 Poireaux
- 2 Carottes
- 4 Oeufs
- 25cl Crème liquide
- 100g Fromage râpé
- 2cuil. à soupe
- Farine
- 30g Beurre
- Sel poivre



Nous vous remercions de bien vouloir rapporter les cagettes (bois et plastique) qui servent à la livraison des légumes.

La feuille de chou de CHLOROPHYLLE

Semaine 10

23. avenue Jules Jacquemin

10100 Romilly sur Seine

03 25 24 58 29

secretariat.chlorophylle@gmail.com



Composition et coût **INDICATIF** de votre panier du 05/03/20 :

Petit Panier :

- 200 g de Mâche soit 2€80
- 1 kg de Carottes soit 2€60
- 1 kg de Poireaux soit 3€
- 1 Jus de Tomates soit 3€50

Total : 11€90

Grand Panier :

- 250 g de Mâche soit 3€50
- 1 kg de Carottes soit 2€60
- 1 kg de Pommes de Terre soit 2€
- 1 kg de Poireaux soit 3€
- 1 sac Ail/Oignons/Echalotes soit 3€
- 1 Jus de Tomates soit 3€50

Total : 17€60

Suivez notre actualité :  Site internet : <http://chlorophylle.reseaucocagne.asso.fr/>

Notre page : chlorophylle cocagne



CE PROJET EST COFINANCÉ PAR LE FONDS SOCIAL
EUROPÉEN
DANS LE CADRE DU PROGRAMME OPERATIONNEL NATIONAL
« Emploi et Inclusion » 2014-2020



Union Européenne

Du côté des animations culinaires ...

Mercredi 26 Février, un atelier culinaire était organisé dans nos locaux. Le thème du jour : gâteau aux carottes

Quelques enfants et leur accompagnant ont pu, avec Magali, s'initier aux joies de la cuisine en famille.



Réunion Bio Grand Est ...

J'ai participé, en février, à la réunion bilan des maraîchers bio de l'Aube et de la Marne.

Nous avons échangé, le matin, sur le déroulement de notre saison 2019, les réussites et les ratés.

On s'est aperçu que certains échecs (comme la culture du chou) se retrouvaient sur beaucoup d'exploitations.

L'après-midi, nous avons visité le jardin de Arnaud Nunes qui se situe à Aulnay.

Une dynamique de groupe commence à émerger parmi les maraîchers, c'est encourageant pour la suite.

Paul, encadrant Maraichage

Portrait de la semaine ...



Je m'appelle Lydwine et j'ai 35 ans. J'ai un CAP Coiffure et je fais partie de l'équipe maraichage .

Sans emploi depuis longtemps, j'ai voulu intégrer l'Association Chlorophylle afin d'avoir un accompagnement et pouvoir passer mon permis et faire une reconversion professionnelle dans le domaine de la petite enfance.

Chlorophylle au salon de l'Agriculture...

Mardi 25 février, notre association représentait le Réseau Cocagne au lancement de l'appel à projet porté par la MSA « Inclusion et ruralité » qui avait lieu au Salon de l'Agriculture.

Devant la ministre du travail, Muriel Penicaud et de la secrétaire d'Etat chargée des personnes handicapées Sophie Cluzel, Sandrine Simonot et Maud Massard ont apporté un témoignage sur les jardins de Cocagne et la plus-value de l'activité agricole pour des parcours d'inclusion.

Belle reconnaissance pour notre association et les jardins de Cocagne et une opportunité pour accompagner de nouveaux projets dans des territoires demandeurs d'innovations sociales et économiques.



Agenda ...

JOURNÉE DE SENSIBILISATION AU DÉPISTAGE DU CANCER COLORECTAL

CôLon TOUR®

MERCREDI 11 MARS 2020 - DE 10H À 16H30
MAISON DE SANTÉ - 12 RUE JEAN MOULIN
ROMILLY-SUR-SEINE

LA LIQUE Romilly sur Seine
CLLS

AU CŒUR D'UN CÔLON GÉANT

JOURNÉE GRATUITE ET OUVERTE À TOUS !

Visitez l'intérieur de l'intestin pour tout comprendre.

Visites du « Côlon Tour » encadrées par des professionnels de santé
Stands d'information sur la prévention et le dépistage du cancer colorectal
Randonnée santé - Dégustation de soupe - Tombolas, quiz...

RENSEIGNEMENTS AU 03 25 73 62 05