La Feuille de d'ARZOAAR

N°214

Le coin des recettes

Velouté de céleri rave aux quatre épices

Ingrédients pour 4 personnes
1 boule de céleri
1 litre de lait
50 cl d'eau
1 oignon
1 gousse d'ail
3 feuilles de laurier
1 pincée de gros sel
1 pincée de 4 épices

Préparation
Couper le céleri en gros quartiers puis les peler. Rincer sous l'eau puis tailler la chair de céleri en dés.
Déposer le céleri dans une casserole puis verser le lait, l'eau, le gros sel, l'oignon et l'ail épluchés et coupés grossièrement.
Mettre à chauffer à feu moyen puis ajouter le laurier, l'ail et l'oignon. Faire cuire environ 30 min, à couvert, en surveillant de temps en temps.
Enlever les feuilles de laurier puis mixer finement puis saupoudrer de mélange 4 épices.
Servir accompagné au choix, de graines de courge grillées, de lardons dorés, d'œufs pochés, d'herbes fraîches (cerfeuil en particulier), de croûtons, de fromage râpé, de fruits secs concassés (noix, noisettes, amandes), un trait d'huile de noix ou de noisette, etc…

Navet farci ricotta et ciboulette, salade de mâche aux amandes

Ingrédients pour 4 personnes
2 gros navets de même taille
4 cuillères à soupe de Ricotta
1/2 botte de ciboulette hachée finement
poivre
huile d'olive
citron
1 cuillère à soupe sucre
15g beurre

Préparation
Dans une grande cocotte, faire cuire les navets coupés en deux dans un grand volume d'eau bouillante salée additionnée de sucre et de beurre.
Poursuivez la cuisson jusqu'à ce que les navets soient fondants, contrôlez leur cuisson avec un couteau. Égouttez-les puis creusez les demi-navets grossièrement.
Vous pouvez alors retirer la peau qui s'enlève très facilement.
Écrasez la chair avec à peu près une cuillère à soupe de ricotta par navet. Ajoutez à cette farce la ciboulette, et du poivre. Mélangez.
Farcissez les demi navets et garnissez les assiettes. Préparez et assaisonnez la mâche en salade.

Pesto aux fanes de navets

Ingrédients
les fanes d'une botte de navets nouveaux / 1 gousse d'ail / 1 c. à soupe bombée d'huile d'olives / 50 g noix de cajou ou amandes / Sel et poivre
Préparation
Nettoyer les fanes de navets en otant les grosses nervures. Les essorer.- Dans le mixer mettre tous les ingrédients pour 20 secondes.- Racler les parois du bol à la spatule et remettre à mixer

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

Arrivées au jardin

Dorine

Dorine est arrivée au jardin il y a 2 mois, en tant qu'ouvrière maraichère.
Originaire de l'ile d'Aix et après une formation en menuiserie elle a intégré le jardin pour évoluer dans son élément, la nature.

Trois mots pour définir le Jardin ? Amitié, Aventure et Apprentissage.
Deux mots pour se définir ? Joyeuse et impulsive

Ses passions ? La nature : le bois, les galets, la mer…

Si elle avait un super pouvoir, ce serait de changer le monde
Si elle était un fruit, elle serait une fraise
Si elle était un animal, elle serait son chat
Si elle était une saison, elle serait le printemps

Pascale

De famille agricole et originaire des Alpes, Pascale est arrivée dans la région en 2021 et a rejoint l'équipe il y a 1 mois. Elle remplace notre accompagnateur socio-professionnel. Sa mission est l'accompagnement des salariés dans leurs projets.

Deux mots pour définir le Jardin ? Diversifié et opportunité
Un mot pour se définir ? Curiosité

Ses passions ? Le développement durable et la création plastique

Si elle avait un super pouvoir, ce serait de mieux répartir les richesses
Si elle était un fruit, elle serait une cerise
Si elle était un animal, elle serait un chat
Si elle était une saison, elle serait le printemps

Le jardin recrute

Vous cherchez un emploi et un accompagnement dans votre projet professionnel ou connaissez quelqu'un dans ce cas,

Arozoaar recrute 5 ouvrier(e)s maraicher(es) en contrat d'insertion.

Cette recherche s'adresse aux candidats demandeurs d'emploi de longue durée , touchant les minima sociaux tel que le RSA, travailleurs handicapés ou ayant moins de 26 ans et rencontrant des difficultés particulières.

Pourquoi pas rejoindre notre équipe pour un contrat de 6 mois minimum?

N'hésitez pas à en parler autour de vous.

Pour plus d'informations et postuler, rendez-vous sur
https://tinyurl.com/2p85kezw
ou contactez-nous!