

Newsletter N°12 de Homejardin – 21 fév. 2010

Pour protéger votre équipement informatique, cette newsletter est au format .RTF mais nous y joignons sa version au format .PDF
Seule cette dernière version rend actifs les liens du sommaire.

SOMMAIRE

- [Lire cette newsletter au format PDF \(Adobe®\)](#)
- [Bonjour](#)
- [Comprendre l'équinoxe](#)
- [Stévie ou Stévia, la plante aubaine](#)
- [Lilas](#)
- [Hosta, une plante sidérante](#)
- [Cassis, que du bon](#)
- [Patate douce, elle mérite votre attention](#)
- [L'Agenda de mars](#)
- [Je cuisine](#)
- [Abonnement/Désabonnement/Modifications](#)

BONJOUR

Enfin le mois de mars qui voit la fin de l'hiver et le printemps qui débute avec, espérons-le ses premiers beaux jours.

Prenez garde cependant aux caprices de mars, alternances de jours froids et de jours plus chauds, qui fatiguent la nature et les organismes. Et puis n'oublions-pas que mars est le mois des giboulées.

Mais le moral remonte, les jours augmentent, c'est la dernière ligne droite avant enfin de pouvoir "s'écarter" à l'extérieur.

LE PRINTEMPS ET SES EFFETS

Au printemps la nature sort de sa torpeur et se réveille doucement.

Les plantes et les arbustes laissent apparaître leurs bourgeons.

Certains arbustes comme les cognassiers du japon se couvrent de fleurs, et les crocus égayent la pelouse.

Les animaux qui hibernent ouvrent un œil. Pour eux aussi c'est l'heure du réveil bien qu'ils soient encore engourdis après ces longs mois à somnoler.

Les oiseaux migrateurs commencent à planifier leurs voyages...

La nature et le jardin s'éveillent peu à peu et reprennent vie.

Et nous les humains ?

Nous sortons aussi de notre torpeur hivernale, de notre léthargie.

Les mains du jardinier commencent sérieusement à le démanger, et il a des fourmis dans les jambes.

On regarde son logement d'un air critique et des grandes idées de rénovation et de décoration nouvelle trottent dans la tête.

Pourquoi s'en priver, ne parle-t-on pas de "grand nettoyage de printemps" ?

L'EQUINOXE c'est quoi au fait ?

Nous n'allons pas partir dans de grandes exégèses astronomiques et scientifiques mais juste une petite explication pour mieux comprendre le phénomène.

Le mot équinoxe vient du latin "aequinoctium" qui est composé du mot "aequus", qui signifie équivalent ou égal et de "noctis", qui veut dire nuit.

L'équinoxe désigne donc la période de l'année où la durée des jours est égale à la durée des nuits.

Le jour de l'équinoxe est le seul jour où l'on peut réellement dire que le soleil se lève à l'est et se couche à l'ouest.

Selon que les années sont bissextiles ou non, et diverses autres considérations purement scientifiques, le jour de l'équinoxe de printemps est le 19, le 20 ou le 21 mars.

Cette année l'équinoxe de printemps a lieu le 20 mars.

STEVIE ou STEVIA – REVOLUTION ALIMENTAIRE

Le Stévie ou Stévia qui porte le nom latin de Stevia Rebaudiana appartient à la famille des Astéracées.

Originellement d'Amérique du Sud, il est également appelé "Plante à Sucre" et "Herbe Sucrée".

Véritable sucre en feuilles ses pouvoirs sont connus depuis des siècles et les Indiens utilisaient déjà ses pouvoirs.

C'est une plante révolutionnaire et du futur pour ses pouvoirs édulcorants bien plus élevés que le sucre ... mais sans les calories.

Une grande polémique entre scientifiques a eu lieu pendant des années avant qu'une autorisation de vente soit édictée. Certains lobbies aussi ont résisté mais, depuis le 6 septembre 2009, le stévia est autorisé en France par "Arrêté d'autorisation de mise sur le marché".

Pour le particulier, rustique et résistant le stévia est de culture facile. Il peut être cultivé au jardin en pleine terre ou en pot dans la maison ou sur le balcon.

En plus de ses grands pouvoirs sucrants il contient des vitamines et des sels minéraux.

Les feuilles fraîches de stévia sont très aromatiques et dégagent un très léger arrière-goût de réglisse. Elles peuvent accompagner des salades de fruits.

Voir la fiche [STEVIA ou STEVIE](#)

LE LILAS, L'ARBUSTE DE NOTRE ENFANCE

Le Lilas Commun, appelé aussi Lilas Français porte le nom latin de Syringa Vulgaris et appartient à la famille des Oléacées.

Pour en savoir davantage, consultez la fiche [LILAS](#)

Originaire d'Europe Centrale et d'Europe il se répand en Europe à partir du 16^{ème} siècle.

Dans les jardins de nos grands-mères le lilas était presque toujours présent et bien souvent son parfum dégage aussi un parfum de nostalgie et de retour à l'enfance.

De culture facile il mérite sa place dans les jardins de tous les styles, grâce à ses nombreuses variétés.

Sa floraison précoce symbolise le printemps et le renouveau de la nature.

Les fleurs de lilas sont très parfumées et comestibles.

On les utilise souvent pour parfumer du sucre, du lait ou des tisanes, mais également pour confectionner des beignets. Vous en trouverez une recette plus bas dans cette lettre.

Attention seules les fleurs sont comestibles dans le lilas.

L'HOSTA, SON FEUILLAGE VOUS FERA CRAQUER

L'Hosta, de même nom en latin, appartient à la famille des Hostacées.

Il est également appelé Funkia et Lis Plantain.

Originaire de Chine et de Japon l'hosta est de plus en plus en vogue dans les jardins, qu'ils soient d'ambiance sauvage, classique ou zen.

Très rustique et de culture facile, il peut être cultivé en pleine terre ou dans des pots pour orner un balcon.

Sa grande originalité réside dans son feuillage qui est très décoratif.

Les feuilles coupées de l'hosta ont une bonne tenue en vase et donnent de la consistance aux bouquets de fleurs.

Consultez la fiche [HOSTA](#)

LE CASSIS, BON ET SURVITAMINE

Le Cassissier ou Groseillier Noir, de nom latin Ribes Nigrum appartient à la famille des Grossulariacées.

Il est originaire du Nord de l'Europe et de l'Asie.

Sa culture s'est développée à partir du 16^{ème} siècle en France où ses vertus culinaires et médicinales ont vite été reconnues.

C'est un arbuste ou arbrisseau touffu et odorant que l'on cultive dans de nombreux jardins mais que l'on trouve également à l'état sauvage.

Demandant peu d'entretien, il forme naturellement une touffe mais il peut être cultivé en palmette ou laissé en forme buissonnante.

Les fruits du cassissier sont utilisés dans les confitures, les gelées, les sorbets et les pâtisseries.

Le cassis est très riche en vitamine C et en sels minéraux comme le potassium. Les fruits, bien noirs, ont un goût acidulé et légèrement âcre.

Voir la fiche du [CASSISSIER](#)

La Bourgogne est une région grande productrice de cassis avec lequel une liqueur est confectionnée "la crème de cassis". Un ecclésiastique, le Chanoine Kir eut l'idée de l'associer au vin pour en faire un apéritif maintenant réputé un peu partout dans le monde.

PATATE DOUCE, EXOTIQUE ET SAVOUREUSE

De nom latin Ipomoea Batatas, la patate douce appartient à la famille des Convolvulacées.

Elle est originaire d'Amérique du Sud et est connue en Europe grâce aux Espagnols.

De culture facile, elle peut être installée dans le potager ou au jardin d'agrément.

Laissée rampante elle forme rapidement une sorte de couvre-sol, et conduite en grimpante elle ornemente les treillages.

Elle renferme une grande quantité de vitamine A et d'oligoéléments.

La patate douce à peau brune et à chair blanche s'utilise comme un légume. Voyez plus bas la **recette de purée** que nous vous proposons en avant-première.

Celle qui possède une peau rose et une chair orangée est plus sucrée.

Bien que l'on puisse l'utiliser comme un légume, on la réserve souvent aux desserts où certains trouvent qu'elle exhale un goût de marron glacé en fond de bouche.

Voir la fiche [PATATE DOUCE](#)

VOTRE AGENDA DE MARS :

- Suivez le lien pour consulter l'agenda des [TRAVAUX DE JARDINAGE](#)
- Original aussi, le [JARDINAGE AVEC LA LUNE](#)
- Détendez-vous un peu avec les [DICTONS DU MOIS](#)

LES BONNES RECETTES

PUREE DE PATATES DOUCES

Recette pour : 6 Personnes.

Temps de Préparation : 20 Minutes.

Temps de Cuisson : 65 Minutes.

Ingrédients :

1 kilo de patates douces
1 kilo de carottes
5 oignons
120 grammes de beurre
2 gousses d'ail
2 pincées de gingembre
2 pincées de noix de muscade
1 pincée de cannelle
1 cuiller à soupe de persil haché ou d'herbes de Provence
1 cuiller à soupe d'huile d'olive
Sel et Poivre.

Préparation :

Eplucher les carottes et les émincer.

Couper les oignons en rondelles.

Peler, laver et couper en gros morceaux les patates douces.

Dans une casserole ou une sauteuse mettre les carottes, les oignons, le persil, l'huile, du sel et du poivre. Recouvrir à peine d'eau et laisser cuire pendant 25 minutes.

Dans une grande casserole mettre les patates douces ainsi que l'ail pelé. Recouvrir d'eau froide et laisser cuire 20 minutes après l'ébullition.

Egoutter avant d'écraser de préférence avec un presse-purée.

Incorporer le gingembre, la muscade, la cannelle, du sel et du poivre.

Mélanger bien sur feu doux en ajoutant la moitié du beurre coupé en dés puis mettre de côté.

Mettre le four à préchauffer à 210°C (Thermostat7).

Dans un plat à gratin beurré, disposer dans les carottes puis recouvrir avec la purée de patates douces.

Parsemer avec le beurre restant coupé en petits dés.

Enfourner pendant 15 à 20 minutes.

Suggestions :

Cette purée est excellente en accompagnement d'une viande blanche ou d'un poisson grillé.

BEIGNETS DE FLEURS DE LILAS

Attention seules les fleurs sont comestibles dans le lilas.

Recette pour une quinzaine de beignets.

Temps de Préparation : 20 Minutes.

Temps de Cuisson : 10 Minutes.

Temps de Repos : 2 Heures.

Ingrédients :

Une quinzaine de petits bouquets de fleurs de lilas

180 grammes de farine

50 grammes de sucre en poudre

1 œuf

100 millilitres de lait

150 millilitres de bière blonde

1 pointe de couteau de vanille en poudre

1/2 cuiller à café de fleurs d'oranger

1 pincée de sel

Préparation :

Trier les fleurs, sélectionner les plus belles et les déposer sur un plat.

Verser dessus quelques gouttes de fleur d'oranger.

Laisser macérer ainsi à température ambiante pendant 2 heures.

Dans un saladier mélanger la farine, le sucre en poudre, la vanille et le sel.

Ajouter l'œuf battu et mélanger à nouveau.

Incorporer peu à peu le lait et la bière en remuant bien pour obtenir une pâte homogène et lisse.

Laisser reposer à température ambiante pendant 30 minutes.

Plonger les fleurs au fur et à mesure dans la pâte à beignet et les mettre dans la friture bien chaude.

Les laisser dorer, le temps de cuisson varie selon le type de matériel de friture.

Dès la sortir du bain de friture déposer les beignets sur un plat recouvert de papier absorbant pour enlever l'excès de gras.

Présentation :

Présenter sur les beignets sur plat et les saupoudrer de sucre en poudre ou de sucre glace.

La décoration peut être complétée par des fleurs de lilas.

Trucs :

A noter que cette recette de pâte peut être utilisée avec d'autres fleurs comestibles.

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTE. SACHEZ CONSOMMER ET APPRECIER AVEC MODERATION

COULIS DE CASSIS

Une petite recette simple pour agrémenter des gâteaux comme les gâteaux au chocolat ou au yaourt.

Recette pour un demi-litre de Coulis.

Temps de Préparation : 15 minutes.

Sans Cuisson.

Ingrédients :

500 grammes de cassis. (On peut également utiliser des cassis surgelés)

50 grammes de sucre

1 pointe de couteau de vanille en poudre.

Préparation :

Egrener les grappes de cassis.

Laver les grains et les laisser égoutter dans une passoire.

Passer le cassis au moulin à légumes ou au mixeur.

Verser ensuite dans une passoire très fine, style chinois, pour éliminer les pépins.

Appuyer bien avec une cuiller en bois pour passer tout le jus.

Incorporer ensuite le sucre et la vanille.

Suggestions :

Il est possible d'ajouter quelques gouttes d'alcool ou pour accentuer le goût une cuiller à soupe de crème de cassis.

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTE. SACHEZ CONSOMMER ET APPRECIER AVEC MODERATION

LES MISES A JOUR HOMEJARDIN

Nous modifions régulièrement les différents univers de Homejardin. Qu'il s'agisse de nouveautés pures ou de révision de ce qui existe, des changements interviennent environ chaque semaine, parfois encore plus vite.

Pour vous tenir informés tout le temps, nous proposons en page d'accueil un "énorme" bouton intitulé **C'EST NOUVEAU**.

En le survolant, une info bulle indique la date de dernière mise à jour.

En cliquant, vous êtes dirigés vers le forum où l'information est détaillée.

Le lien conduit à la dernière mise à jour appliquée, mais vous pouvez aussi consulter tout l'historique chronologiquement en revenant à la page 1 du sujet unique consacré à ces mises à jour.

Vous pouvez aussi vous inscrire sur le forum où notre modératrice en chef elle-même, Cèdre, vous accueillera avec joie. Un membre inscrit peut demander la notification de tout nouveau message par mail...

LIRE CETTE NEWSLETTER AU FORMAT PDF (Adobe®)

- En pièce jointe vous trouverez cette newsletter au format .pdf
Pour ouvrir le document vous devez installer le logiciel Adobe Reader sur votre ordinateur.
Si vous ne l'avez pas déjà fait, vous pouvez le télécharger gratuitement en suivant ce lien :
<http://www.adobe.com/fr/products/reader/>

Abonnement, désabonnement, modification de cet abonnement :

Attention, désormais un seul formulaire pour plus de facilité. Si vous aviez gardé les anciens liens, pensez à les modifier. C'est ici : [FORMULAIRE](#)

Retour au début de cette newsletter

Rendez-vous le mois prochain, et merci pour votre confiance.