

HOMEJARDIN - Newsletter N°14 - 21 avril 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](#)
- [Du nouveau chez Homejardin ?](#)
- [Abeille mon amie](#)
- [Arachide](#)
- [Cyclanthère](#)
- [Vous croyez avoir un géranium ?](#)
- [L'Agenda de mai](#)
- [Je cuisine](#)
- [Abonnement/Désabonnement/Modifications](#)

BONJOUR

En mai fais ce qu'il te plaît dit le dicton, mais nous lui ajouterions volontiers "avec précaution".

Laissons donc passer les saints de glace avant de nous éclater totalement au jardin. En attendant la deuxième quinzaine de ce mois on a de quoi faire tout de même.

Par exemple "réviser" les plantes d'intérieur, faire le grand nettoyage du salon de jardin, du barbecue, se documenter encore et toujours sur les nouveautés...

DU NOUVEAU CHEZ HOMEJARDIN ?

Oui, encore et toujours. Pour retrouver celles mises en ligne depuis la dernière newsletter, cliquez [ICI](#) et rendez vous page 9. Bonne lecture, nous vous recommandons particulièrement le nouveau coup de pouce "LOMBRICOMPOSTAGE".

Les questions/réponses se sont un peu emballées et c'est tant mieux.

Les LOISIRS CREATIFS se sont agrémentés de nouveaux diagrammes au point compté. Et comme d'habitude, sans doute d'autres choses que nous oublions...

ABEILLE, MON AMIE

Abeilles et végétaux, leur vie est intimement liée ; sans abeilles la pollinisation des végétaux ne se fait pas ou peu mais sans végétaux les abeilles ne peuvent vivre. Par ricochet, nous en sommes également dépendants.

De plus en plus les abeilles du monde entier sont en danger, et depuis un bon moment les apiculteurs ont tiré la sonnette d'alarme sans être réellement entendus.

Mais d'où vient le malaise ?

Mis à part les produits chimiques déversés sur les cultures et autres pollutions ambiantes, il existe d'autres causes comme la destruction intensive des haies, herbes et fleurs sauvages.

Il ne faut perdre de vue que les abeilles participent de façon très importante à notre alimentation. Si nous pouvons consommer des fruits, des légumes... et du miel c'est grâce à leur travail de pollinisation.

Chacun peut essayer, à son échelle, de pallier le plus possible à cet immense problème et offrir dans son jardin, sur sa terrasse ou son balcon un abri pour les abeilles.

Pour rendre son environnement attractif pour elles, il faut privilégier des haies champêtres, des plantes qui ont une floraison qui dure plusieurs mois, les plantes mellifères...

Les engrais verts comme la phacélie et le mélilot, outre d'être excellents pour la terre, sont très mellifères et attirent tous les pollinisateurs.

Laisser un petit coin "sauvage" dans son jardin lui donne un aspect champêtre et sert de garde-manger aux abeilles.

Devant la diminution énorme du nombre des abeilles beaucoup de personnes décident d'installer des ruches dans leur jardin ou sur leur terrasse.

Cette idée est excellente, mais attention il ne faut pas se lancer à la légère, de nombreuses règles sont à respecter tant pour les abeilles, que pour soi et le voisinage. Ne le faites que si vous possédez bien toutes les techniques, et c'est un vrai métier !

L'ARACHIDE, originale et enfantine à cultiver

L'arachide, que l'on nomme plus souvent cacahuète, fait partie de la famille des Fabacées et porte le nom latin d'*Arachis Hypogaea*.

Mais où pousse la cacahuète ?

Contrairement à ce que l'on pense souvent ce n'est pas en l'air comme les noisettes, encore moins dans des boîtes ou sachets ☺, mais dans la terre.

C'est pour cela qu'on la surnomme également pistache de terre ou pois de terre.

Amusante et facile d'entretien, la cacahuète est un essai de culture à faire avec les enfants.

Quelques graines de cacahuète permettent ainsi d'initier facilement et de façon ludique les enfants à la nature et au fonctionnement des végétaux. La levée rapide de cette plante est un plus pour les impatients...

Vous retrouverez bien entendu la fiche complète sur le site.

LA CYCLANTHERE, UN EXQUIS LEGUME-FRUIT TROP MECONNU

C'est un étrange légume-fruit appartenant à la famille des Cucurbitacées et portant le nom latin de *Cyclanthera Pedata*.

Originaire d'Amérique du Sud c'est une véritable curiosité à installer dans son jardin pour le plaisir des yeux mais également pour épater les papilles de ses invités.

C'est une grimpante qui peut mesurer jusqu'à quatre mètres de haut à faire courir sur un treillage, une pergola ou une tonnelle.

Très mellifères ses fleurs attirent les insectes pollinisateurs et donnent naissance à des légumes très surprenants qui se cueillent encore verts.

Une autre curiosité de la cyclanthère est que si elle n'est pas récoltée verte, elle "explose" lorsqu'elle est mûre en propulsant ses graines très loin.

Possédant un goût proche de celui du concombre elle se déguste crue en salade ou cuite à la manière des haricots verts.

On la prépare également en pickles ou comme les câpres.

Vous retrouverez bien entendu la fiche complète sur le site.

GERANIUM ou PELARGONIUM, qui est qui ?

Il règne une grande confusion entre ces deux genres mais, botaniquement parlant, ils sont distincts bien qu'ils appartiennent tous les deux à la famille des Géraniacées.

Les véritables géraniums, qui sont généralement vivaces, sont très rustiques et peuvent rester en place au jardin pendant plusieurs années.

Les pélargoniums par contre, d'origine subtropicale, ne supportent pas les gelées et sont généralement cultivés comme des annuelles.

C'est donc en fait le plus souvent des pélargoniums qui illuminent nos balcons et nos jardins avec leur cascade de fleurs.

Ces stars des jardins, ces rois des balcons font parties des plantes les plus connues et les plus vendues.

Lierre, rosat ou zonal, à fleurs simples ou doubles, le pélargonium est d'une très longue floraison et s'adapte aussi bien en pleine terre que dans des potées, des suspensions ou des balconnières.

Le pélargonium rosat, qui est très odorant, présente également l'avantage de faire fuir les moustiques, d'où l'intérêt d'installer une jardinière ou un pot sur le rebord des fenêtres ou près de la terrasse.

Vous retrouverez bien entendu la fiche complète sur le site.

VOTRE AGENDA DE MAI :

- 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

MAQUEREAUX MARINES

Recette pour 4 Personnes :

Temps de Préparation : 25 minutes.

Temps de Cuisson : 7 Minutes.

Temps de Repos : 2 Heures au minimum.

Temps de Conservation : 3 Jours au Réfrigérateur.

Ingrédients :

1,2 Kilo de petits maquereaux ou lisettes
50 centilitres de vin blanc sec
25 centilitres d'eau
15 centilitres de vinaigre de vin blanc de préférence
2 carottes
2 oignons
1 citron non traité
Une dizaine de grains de poivre
2 feuilles de laurier
1 petite branche de thym
2 clous de girofle
Sel.

Matériel :

Un plat allant sur le feu ou à défaut une sauteuse ou équivalent pouvant tenir dans le réfrigérateur.

Préparation :

Si le poissonnier ne l'a pas fait, étêter, vider et rincer les lisettes sous un filet d'eau froide avant de les essuyer dans du papier absorbant ou un torchon.

Les poser dans un gros plat et les saupoudrer de sel.

Laver le citron et le couper en lamelles fines.

Peler les carottes et les oignons et les détailler en fines rondelles.

Mettre la moitié des carottes et des oignons dans le fond du plat, puis poser dessus les maquereaux.

Ajouter alors les carottes et les oignons restants ainsi que les tranches de citron, et les épices.

Mélanger le vin blanc avec le vinaigre et l'eau et verser sur les poissons. Ces derniers doivent être entièrement recouverts de jus, il peut être nécessaire d'en rajouter.

Mettre le plat à chauffer sur feu moyen.

Dès que le liquide commence à frémir, baisser légèrement la température et laisser cuire pendant 5 minutes.

Retirer du feu et laisser refroidir à température ambiante.

Couvrir ensuite le plat et mettre au réfrigérateur.

Suggestions :

Pour un goût plus parfumé les grains de poivre peuvent être remplacés par des baies roses ou Moitié-moitié.

Le sel peut être remplacé par de la fleur de sel.

Ce plat se déguste froid accompagné par exemple de pommes de terre cuites à l'eau servies en salade.

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

PAELLA VEGETARIENNE

Recette pour 4 à 6 Personnes (4 pour un plat unique et 6 en accompagnement).

Temps de Préparation : 50 minutes.

Temps de Cuisson : 30 Minutes.

Ingrédients :

250 grammes de riz rond

1 litre de bouillon de légumes

150 grammes de pois gourmands

3 carottes

3 tomates

2 navets

2 oignons

2 courgettes

1 poivron

3 cuillers à soupe d'huile d'olive

Persil (environ la moitié d'un bouquet)

Sel et Poivre.

Matériel :

Une grande poêle à paëlla ou à défaut une grande sauteuse.

Préparation :

Faire chauffer le bouillon de légumes et le maintenir au chaud.

Préparer tout d'abord les légumes.

Peler et couper en rondelles fines les carottes.

Eplucher les navets et les couper en dés.

Equeter les pois gourmands et les couper si nécessaire.

Couper le poivron en deux et enlever les graines avant de le détailler en petits dés.

Couper les courgettes en rondelles fines sans les éplucher (bien les laver).

Pelez les tomates puis en couper une en petits dés et l'autre en quartiers.

Eplucher l'oignon et l'émincer finement.

Faire chauffer l'huile dans la poêle, ajouter les oignons et laisser cuire 2 minutes en remuant sans cesse.

Ajouter alors les dés de tomates et de poivrons, remuer jusqu'à évaporation du liquide.

Incorporer alors le riz en mélangeant bien avec une cuiller en bois pour que les grains s'imprègnent des ingrédients.

Mettre environ 3 louches de bouillon chaud et laisser cuire 5 minutes.

Incorporer ensuite les carottes, les navets ainsi que 2 nouvelles louches de bouillon en remuant bien.

Laisser cuire ainsi pendant 10 minutes.

Ajouter alors les courgettes et les pois gourmands plus 2 louches de bouillon.

Laisser cuire encore 5 bonnes minutes.

Laver, égoutter et ciseler le persil.

Saler et poivrer et incorporer les quartiers de tomates ainsi que le persil en remuant délicatement avec une fourchette pour les mêler au riz.

Suggestions :

Pour une coloration jaune du riz, il est possible d'ajouter du curcuma.

Le persil peut être remplacé par du cerfeuil.

Servir bien chaud dès la fin de la cuisson.

SMOOTHIE ENERGISANT :

Recette pour 4 Personnes.

Temps de Préparation : 10 minutes.

Temps de Repos au frais : Au minimum 1 Heure.

Ingrédients :

2 bananes

250 grammes de fraises

40 à 50 centilitres de jus d'orange frais

4 cuillers à café de miel.

Préparation :

Rincer les fraises rapidement sous l'eau courante et les égoutter.

Equeuter les fraises et les couper en deux.

Peler les bananes et les détailler en grosses rondelles.

Dans le bol du mixeur mettre les fruits, le jus d'orange et le miel et laisser tourner jusqu'à obtenir une texture bien mousseuse.

Suggestions :

Servir bien frais en décorant le verre avec une rondelle d'orange ou une fraise.

Selon les goûts le smoothie peut être rallongé par un peu de jus de fruits si la texture est trop épaisse.

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, modifications, nous contacter... :

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

Retour au début de cette newsletter

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