

# HOMEJARDIN - Newsletter N°19 – 21 sept. 2010

Cette newsletter est au format .RTF mais, pour davantage de confort, nous joignons sa version au format .PDF

Seule cette dernière rend actifs les liens du sommaire.

## SOMMAIRE

- [Lire cette newsletter au format PDF \(Adobe®\)](#)
- [Bonjour](#)
- [Changement d'heure](#)
- [Comment est votre peau ?](#)
- [Bientôt Halloween](#)
- [Les haies](#)
- [Forçage des Bulbes](#)
- [Le Narcisse](#)
- [Le Baguenaudier](#)
- [Le Prunellier \(ou prunelier\)](#)
- [L'Agenda d'octobre](#)
- [Les bonnes recettes de Tatie Gladys](#)
- [Abonnement/Désabonnement/Modifications](#)

## BONJOUR

C'est la rentrée pour les jardiniers aussi, les vacances ne sont déjà qu'un bon souvenir. Mais ne cédon pas à la morosité pour autant, tellement de belles et bonnes choses qui nous attendent. Outre les travaux de jardinage que nous devons effectuer, il est temps aussi de penser à préparer d'arrache-pied Halloween et surtout les fêtes de fin d'année. Et oui, si vous êtes adepte du canevas, de décoration "maison", si vous souhaitez personnaliser vos cadeaux, votre linge, vos papiers d'emballage, n'attendez pas la dernière minute. Ça n'a l'air de rien mais sélectionner avec soin le bon motif, réunir le matériel, faire des essais, défaire, refaire... Et on se retrouve rapidement le bec dans l'eau.

Distrayez-vous utilement ! Les bonnes idées sont chez homejardin, les conseils aussi.

## LE CHANGEMENT D'HEURE, UNE INEPTIE ?

Le dernier week-end du mois d'octobre, donc cette année, le 31, on changera d'heure pour passer à l'horaire d'hiver..

Comme d'habitude, et deux fois dans l'année, le casse-tête reprendra.

Eh oui, à chaque fois on se dit que l'on a bien compris, mais six mois plus tard la question revient : on dort une heure de plus ou une heure de moins ?

Quelle heure retenir pour prendre son train, son avion, ... ?

Donc, dans la nuit du 30 au 31, lorsque votre pendule marquera 3 heures du matin il sera en réalité 2 heures, ouf une heure de sommeil en plus.

Ce changement d'heure décidément est plus que casse-pieds, et surtout à quoi sert-il ?

Son avantage, et ce pourquoi il a été imaginé ? Faire économiser de l'énergie du fait de la réduction des besoins de lumière.

Ses inconvénients? La liste est beaucoup plus longue.

D'abord, une fois le casse-tête résolu, c'est la course dans toute la maison, pour changer l'heure des pendules, en les retardant ou les avançant selon l'époque.

C'est vrai que les ordinateurs et bon nombre d'instruments électroniques s'adaptent automatiquement à ce changement, il n'en est pas de même pour beaucoup de radios réveils, de pendules de four, de montres, de pendules de voiture, de l'horloge comtoise dont on est si fier..

Les enfants sont aussi très sensibles, bine souvent leur sommeil est totalement perturbé. Comment leur expliquer qu'au lieu d'aller se coucher lorsque la nuit tombe, que pour des économies ils doivent se coucher malgré le jour ?

Et les animaux ? Les agriculteurs, les éleveurs et les possesseurs d'animaux sont tous unanimes, les animaux sont perturbés de ces changements.

Une longue période de fatigue suit bien souvent un changement d'heure, tant pour les enfants que pour les adultes et les animaux.

L'astre solaire a toujours réglé la vie des hommes, pourquoi aller contre Nature ?

## **SANTE, FORME; BIEN-ETRE et BEAUTE, DU NOUVEAU !**

Doucement mais sûrement le coin "Santé, Bien-être, Forme et Beauté" se met en place.

Pour pouvoir soigner, hydrater, nourrir et entretenir sa peau il faut avant tout bien la connaître.

Que ce soit pour acheter des produits du commerce, ou fabriquer ses propres lotions ou crèmes, c'est une étape importante à bien respecter.

C'est même indispensable pour pouvoir profiter de tous les bienfaits des végétaux et autres ingrédients qui les composent.

Chaque plante possède ses propres principes actifs dont des propriétés qu'il convient de connaître afin d'en recueillir le maximum de bénéfice.

Vous trouvez donc des fiches qui expliquent les différents types de peaux : normale, grasse, mature, normale, sèche et sensible.

Pour chacune, une liste de végétaux à privilégier, d'huiles essentielles, d'huiles végétales et de produits finis annexes est dressée.

En outre, pour chaque plante, les noms latins sont indiqués car, les huiles essentielles par exemple, c'est souvent sous ceux-ci qu'on les retrouve dans le commerce.

Nous avons aussi indiqué la famille botanique à laquelle la plante appartient, permettant ainsi aux personnes allergiques à un groupe de végétaux, de le repérer rapidement et de l'exclure de leurs préparations.

Dans les prochains mois cette section se densifiera davantage. Nous prévoyons d'augmenter la publication de recettes de laits, de lotions, de crèmes et de masques. Vérifiez régulièrement nos mises à jour.

**[Cliquez ici pour déterminer votre type de peau et/ou celui de vos proches.](#)**

## **HALLOWEEN, C'EST BIENTOT**

De nouveaux diagrammes ont été publiés sur le site.

Vous trouverez, par exemple, une citrouille d'Halloween, avec un sourire "ravageur".

N'hésitez pas à mélanger les petits modèles pour créer vos propres tableaux ou reproduire plusieurs fois le même dessin pour créer des frises.

Ludique et déstressant, le point compté permet de réaliser non seulement des tableaux mais également de décorer de nombreux objets.

Ainsi la citrouille d'Halloween pourra être collée sur une carte d'invitation, un menu...

## **LES HAIES, NOTRE GRAND DOSSIER**

Une haie est un véritable décor végétal qui peut avoir de nombreuses utilités.

Outre le fait de délimiter les espaces ou de structurer le jardin, elle peut apporter un espace floral ou gourmand.

Classiquement les haies sont mono-spécifiques, c'est-à-dire composées d'une seule espèce, comme les thuyas.

Pourtant la plantation de plusieurs espèces différentes présente de nombreux avantages.

Ainsi les haies peuvent être brise-vent, défensives, taillées, libres et champêtres, fleuries ou fruitières.

Les haies champêtres et diversifiées permettent de participer à la biodiversité et à l'écosystème.

Les fleurs mellifères attirent les insectes pollinisateurs et les branchages touffus servent de refuge pour un grand nombre d'animaux amis du jardinier.

Les haies variées représentent également un véritable garde-manger pour les oiseaux.

Un autre avantage, et non des moindres, est de varier les espèces pour une meilleure résistance aux maladies. Rappelez-vous que dans une haie mono-spécifique, un seul élément atteint gangrènera très vite tous ses congénères.

**[Nous vous proposons de lire notre dossier complet, cliquez ici.](#)**

## **LE FORCAGE DES BULBES, C'EST GENIAL**

Qu'est-ce-que le forçage des bulbes ?

C'est une "ruse" qui consiste, à la mauvaise saison, de faire croire aux plantes que l'automne est terminé et que le printemps est arrivé.

Ce n'est qu'une illusion pour la plante mais ça marche ! Quel bonheur de découvrir des crocus, des jacinthes, des tulipes, des scilles... dans une belle potée en intérieur alors que la grisaille et le froid sont dehors.

Le forçage des bulbes n'est pas, contrairement à ce que l'on pense souvent, une nouveauté.

Les historiens ont effectivement retrouvé des traces de ces méthodes dans des traités botaniques datant du 17<sup>ème</sup> siècle.

Plusieurs techniques de forçage sont possibles, en pot, en carafe, à la chinoise.

Facile à réaliser, le forçage des bulbes intéressera les enfants qui auront le plaisir de découvrir rapidement la croissance des plantes. Une manière ludique de les initier aux joies du jardinage et plus généralement de la nature.

Les fleurs peuvent être parfumées ou non mais, pour ces dernières, prudence.

Si certaines savent parfumer agréablement dans la maison, d'autres exhalent des senteurs trop intenses pouvant entêter. En potée, les mélanges de parfums peuvent être très décevants.

**[Cliquez ici pour revoir ou découvrir tous nos conseils.](#)**

## **UN BULBE D'ACTUALITE, LE NARCISSE**

De nom latin Narcissus, il appartient à la famille des Amaryllidacées.

On ne peut pas parler d'un narcisse mais des narcisses.

Il en existe de nombreuses espèces et variétés.

Narcisse Jonquille, Narcisse des Poètes, Narcisse Jaune, Narcisse Larmes d'Ange que des noms enchanteurs pour désigner ces petites fleurs annonciatrices des beaux jours.

Même si leur floraison est relativement courte, elle illumine le jardin et les potées

De culture facile, les bulbes sont rustiques et se naturalisent très rapidement si on les laisse en place, en pleine terre.

Il ne faut pas hésiter à mélanger les espèces de narcisses avec des autres bulbes à floraison printanière comme les iris, les scilles et les tulipes.

Les bouquets de narcisses apportent également le soleil dans la maison et ont une bonne tenue en vase.

**[Pour aller plus loin, cliquez ici.](#)**

## **UN ARBUSTE PARTICULIEREMENT ORIGINAL, LE BAGUENAUDIER**

Le Baguenaudier, de nom latin Colutea Arborescens appartient à la famille des Fabacées.

Il est également appelé "Arbre à Vessies", "Cloquette", "Glouglou", "Pan-pan" et "Séné Bâtard".

De culture facile il est adapté à tous les styles de jardins, petits ou grands.

Rustique et résistant il ne craint ni les embruns marins ni la pollution.

Laissé libre ou conduit en tige, il peut être installé en isolé ou en haie champêtre ou fleurie.

Sa floraison, du mois de mai jusqu'au mois août, est très mellifère attirant les insectes pollinisateurs comme les abeilles.

Une des particularités du baguenaudier est d'être l'arbuste hôte d'un papillon, l'azuré du baguenaudier, qui ne se reproduit qu'en sa présence.

Très décoratif par sa floraison, il est surtout original avec ses longues gousses qui restent en place du mois de juillet jusqu'aux gelées.

Ses gousses, que l'on appelle baguenaudes, ressemblent pour certains à des becs d'oiseaux et pour d'autres à des vessies, d'où un de ses surnoms.

Les baguenaudes, qui renferment les graines, font la joie des enfants qui adorent les prendre dans les mains, car elles éclatent dès qu'on appuie à peine dessus.

**[Consultez vite sa fiche technique en cliquant ici.](#)**

## **LE PRUNELLIER (ou PRUNELIER), TOUT POUR PLAIRE**

Le Prunellier ou Prunellier, de nom latin Prunus Spinosa appartient à la famille des Rosacées.

Il est également nommé "Buisson Noir", "Epine Noire" et "Prunier Epineux".

Le prunellier se rencontre dans les campagnes, où il pousse à l'état sauvage, pour le plus grand plaisir des oiseaux qui se délectent de ses graines.

Au jardin, il pourra être installé en isolé ou en haie défensive ou gourmande.

Comme il est très épineux, son emplacement doit être bien choisi, éloigné des lieux de passage par exemple.

De culture facile, il n'a pas d'exigence particulièrement.

Il suffit simplement de bien le contrôler, car du fait de son système racinaire drageonnant, il peut devenir envahissement ; ce qui est par contre pratique en cas d'installation en haie.

Le prunellier donne des drupes violettes, les prunelles, qui se récoltent légèrement blettes, après un passage de petites gelées.

Les prunelles sont extrêmement riches en vitamines C mais attention, sont très acres crues.

Par contre elles permettent de confectionner d'excellentes confitures, et accompagnent originalement les plats de viande en sauce, de la même manière que les airelles.

**[Consultez vite sa fiche en cliquant ici.](#)**

## **VOTRE AGENDA D'OCTOBRE :**

- 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 DE TATIE GLADYS**

### **ROMAINE EN PAPILOTES :**

Recette pour 4 Personnes.

Temps de Préparation : 20 Minutes.

Temps de Cuisson : 15 Minutes.

#### ***Ingrédients :***

Environ 25 belles feuilles de salade romaine  
300 grammes de fromage de chèvre en bûche  
2 cuillers à soupe de pignons de pin  
1 cuiller à soupe de vinaigre (balsamique de préférence)  
3 cuillers à soupe de miel liquide  
1 branche de thym  
Sel et Poivre.

**Matériel :**

Cuit-vapeur ou panier vapeur.

**Préparation :**

Détacher les feuilles de salades et les laver.

Dans une grande casserole, faire bouillir de l'eau salée.

Dès l'ébullition jeter les feuilles de romaine dedans et laisser blanchir pendant 1 minute.

Les verser de suite dans une passoire et faire couler dessus un filet d'eau froide pour les rafraîchir.

Les laisser s'égoutter à plat sur un torchon propre.

Enlever un peu, ou toute la croûte du fromage de chèvre (c'est selon les goûts de chacun), puis couper la bûche en 8 rondelles égales.

Prendre quatre feuilles de romaine et les déposer bien à plat sur une planche, en les faisant se chevaucher pour former une sorte de croix.

Mettre une tranche de fromage au centre, et replier dessus deux des feuilles de romaine.

Déposer à nouveau une tranche de fromage et replier les deux feuilles restantes.

Refaire ainsi trois autres papillotes.

Couper finement, en les ciselant, les feuilles de romaine qui restent.

Les mettre dans le panier vapeur et déposer dessus les papillotes et le thym.

Laisser cuire pendant 5 minutes.

Dans une casserole, porter le miel, le vinaigre avec le sel et le poivre à ébullition et laisser réduire pendant une minute

Pendant ce temps faire dorer dans une poêle les pignons de pin. Il faut bien surveiller pour qu'ils dorent mais ne brûlent pas. Secouer la poêle régulièrement.

**Présentation et/ou Suggestions :**

Disposer les papillotes sur des assiettes individuelles ou sur un plat de service.

Verser dessus la réduction de miel et agrémenter avec les pignons de pin.

Cette recette peut également être faite avec des feuilles de blettes, qu'il faudra alors blanchir pendant 2 minutes, ou des feuilles de chou qui seront blanchies 5 minutes.

**BŒUF EN DAUBE AUX OLIVES VERTES**

Recette pour 6 personnes.

Temps de Préparation : 30 minutes.

Temps de Marinade : 24 Heures au frais.

Temps de Cuisson : 3 Heures

**Ingrédients :**

1,5 kilo de macreuse, gîte ou paleron de bœuf

150 grammes d'olives vertes

8 carottes (de préférence des carottes fanes)

3 tomates

3 oignons

1 échalote

6 gousses d'ail

75 centilitres de vin rouge

10 centilitres de vinaigre de vin rouge

7 cuillers à soupe d'huile, d'olive de préférence  
3 clous de girofle  
1 feuille de laurier  
1 brin de thym  
1 brin de romarin  
Sel et Poivre.

**Préparation :**

*1°) La veille de la cuisson de la viande :*

Couper la viande en cubes.  
Eplucher 2 carottes, 1 oignon et l'échalote avant de les émincer finement.  
Dans un saladier mettre les émincés de légumes, le laurier, le thym, le vin, le vinaigre, le sel et le poivre.  
Ajouter les cubes de viande et mélanger bien.  
Recouvrir le saladier d'un film plastique alimentaire ou d'un couvercle et laisser au frais pendant 24 heures.

*2°) Le jour de la cuisson de la viande :*

Peler les tomates et les détailler en petits dés.  
Eplucher 1 oignon et 3 gousses d'ail et les émincer finement.  
Dans une casserole faire chauffer 3 cuillers à soupe d'huile d'olive, et ajouter l'oignon, l'ail, les dés de tomate et les clous de girofle.  
Laisser cuire en remuant régulièrement pendant 10 minutes.  
Pendant ce temps égoutter les cubes de viande en récupérant la marinade.  
A l'aide d'une passoire fine, type chinois, filtrer la marinade.  
Dans une cocotte faire revenir la viande dans l'huile restante.  
Ajouter ensuite le contenu de la casserole ainsi que la marinade.  
Laisser mijoter sur feu doux pendant 2 heures.  
Eplucher les carottes ; si ce sont des petites carottes fanes, elles peuvent être laissées entières, sinon les couper en lamelles ou en rondelles.  
Au bout des deux heures de cuisson, ajouter les carottes et les olives vertes.  
Poursuivre la cuisson pendant 45 minutes.

**Présentation et/ou suggestions**

Servir accompagné de pommes de terre vapeur, de riz ou de pâtes fraîches.

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

**GATEAU MIELLE AUX NOISETTES**

Recette pour 6 Personnes.  
Temps de Préparation : 20 Minutes.  
Temps de cuisson : 35 Minutes.

**Ingrédients :**

200 grammes de noisettes (décortiquées)

200 grammes de farine  
200 grammes de miel  
25 grammes de beurre  
25 grammes de sucre en poudre  
4 œufs  
1 cuiller à café de levure chimique  
1 pincée de sel

**Préparation :**

Mettre le four à préchauffer à 210°C (Thermostat 7).  
Faire fondre doucement le beurre.  
Réduire les noisettes en poudre assez grossière, au robot ou mieux dans un pilon.  
Séparer les jaunes et les blancs des œufs.  
Dans un saladier, mélanger les jaunes d'œuf avec le sucre pour obtenir une texture mousseuse.  
Incorporer ensuite le miel en remuant bien.  
Ajouter alors la farine, la levure, le beurre et les noisettes sans cesser de mélanger.  
Monter les blancs en neige ferme avec une pincée de sel.  
Incorporer délicatement les blancs d'œuf dans la pâte.  
Beurrer un moule à manqué ou le recouvrir avec du papier sulfurisé.  
Verser la préparation dans le moule.  
Enfourner dans le four chaud pendant 35 minutes.

**Présentation et/ou Suggestion :**

Ce gâteau peut être servi nature, avec une crème anglaise ou des rondelles d'orange légèrement caramélisée dans une poêle.

**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 :  
**ADOBE READER**

**Attention**, par défaut le téléchargement de la barre d'outils Google est activé, pensez à décocher si vous n'en voulez pas.

**S'ABONNER, SE DESABONNER, MODIFIER DES COORDONNEES**

C'est ici : **FORMULAIRE**

**Retour au sommaire**

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