

HOMEJARDIN - Newsletter N°20 – 22 oct. 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](#)
- [BRRR...](#)
- [Catherine, qui ?](#)
- [Les vitamines](#)
- [La Craspédie \(ou Craspédia\)](#)
- [Le Grenadier](#)
- [La Scille de Sibérie](#)
- [L'Agenda de Novembre](#)
- [Les bonnes recettes de Tatie Gladys](#)
- [Abonnement/Désabonnement/Modifications](#)

BONJOUR

Bonjour,

Les premiers frimas nous ont engourdis, acceptez nos excuses pour cet envoi un peu tardif.

BRRR MOROSITE et FROID, VIVE LE COCOONING

C'est ce que semblent nous dire les végétaux qui, tout comme nous, sentent l'hiver arriver.

Chacun va devoir s'adapter et prendre ses quartiers d'hiver pour résister.

Les plantes relativement peu fragiles, et ou trop encombrantes, seront protégées par un paillage épais et/ou par un voile d'hivernage.

D'autres très fragiles, comme les géraniums, seront coupées et entreposées dans un local obscur, aéré, sec et à l'abri du gel.

Les pots de nombreuses fleurs pourront également trouver leur place dans une serre, un garage ou dans une pièce fraîche de la maison.

Attention avant de les entreposer à bien les contrôler. Toutes les parties abîmées ou suspectes doivent impérativement être supprimées. Une plante malade ou parasitée peut rapidement contaminer tout l'environnement.

Il faut également apprendre à connaître son jardin. Par exemple les végétaux qui sont plantés au pied d'un mur ressentent moins le froid que les autres, car le mur emmagasine la chaleur la journée et la restitue la nuit.

Ainsi, si des pots restent à l'extérieur, il faut s'assurer qu'ils ne sont pas exposés aux courants d'air ; les plantes ressentent encore plus le froid.

Il est préférable d'isoler les pots du sol et indispensable de ne jamais laisser d'eau stagner dans les soucoupes.

Par contre hiver ne veut pas dire arrêt de tous les arrosages. C'est en effet une erreur très répandue, or la terre s'assèche rapidement à cette époque, surtout s'il y a du vent. Il arrive très fréquemment en hiver que les plantes meurent davantage de soif qu'en souffrant du froid.

Petit rappel : N'oubliez pas de retarder vos pendules d'une heure dans la nuit du samedi 30 au dimanche 31 octobre.

A LA SAINTE CATHERINE TOUT BOIS PREND RACINE

Tous les jardiniers connaissent le célèbre dicton.

Décidément Catherine a une grande activité, très variée, ce mois-ci ; entre les Catherinettes et le jardinage !

Nous avons déjà consacré un article aux Catherinettes dans notre [**Newsletter N°8**](#)

Novembre est très capricieux et il est assez fréquent que l'on se procure les arbustes sans avoir le temps de les installer car le gel est là.

Pas de panique, un autre vieux dicton de jardinier précise que la gelée ne reste jamais neuf jours à la même place.

Dès le retour de la jardinerie ou la réception de la commande, préparez une jauge en creusant une petite tranchée ; la remplir de sable ou de tourbe et déposer les plants dedans.

Dès la fin des gelées, les plantations peuvent démarrer.

Pour vous aider, vous pouvez consulter notre fiche coup de pouce dédiée à la [**plantation des arbres et des arbustes**](#).

FAIRE LE PLEIN DE VITAMINES, OUI MAIS EN CONNAISSANCE DE CAUSE

Les vitamines sont indispensables au bon fonctionnement de l'organisme, le terme vitamine vient d'ailleurs du latin Vita qui signifie "vie".

La découverte des vitamines, et de leur utilité, est récente puisqu'elle date seulement du début du 20^{ème} siècle.

A ce jour il en a été dénombré 13, mais les scientifiques ne les ont peut-être pas encore toutes répertoriées.

Chaque vitamine a ses propriétés et joue son propre rôle, elles sont donc complémentaires.

En règle générale, les apports journaliers recommandés sont suffisamment apportés par une alimentation variée et équilibrée.

De source animale ou végétale, les vitamines se retrouvent dans la plupart des aliments.

Elles doivent être prises de manière raisonnée, car les excès sont aussi néfastes que les carences ; les deux entraînent un déséquilibre de l'organisme.

Le dossier que nous avons réalisé indique, entre autres, pour chaque vitamine, ses propriétés, son champ d'action, les aliments dans lesquels on peut la trouver...

Dépêchez-vous de le consulter, et surtout d'en tirer profit ! [CLIQUEZ ICI](#)

Les apports journaliers indiqués sont une moyenne pour une personne adulte, on les modulera sensiblement en fonction de son âge, son sexe, son poids, son état de santé, son activité...

Il est indispensable, en cas de doute, de consulter un professionnel de santé seul à même de définir exactement la dose à respecter.

LA CRASPEDIE (ou CRASPEDIA), LA FLEUR BIENTOT A LA MODE

De nom latin Craspedia Globosa, la Craspédie, ou Craspédia, appartient à la famille des Astéracées.

On la nomme également "Baguette de Tambour".

Encore assez rare et très peu traitée par les sites internet, on la voit toutefois apparaître depuis quelques temps, et de plus en plus, chez les fleuristes.

Dans le jardin, on cultive très souvent cette vivace en annuelle, car elle peut parfois se révéler frileuse.

Les fleurs sont de superbes petits pompons jaunes qui illuminent les bouquets.

C'est en effet le plus de cette australienne qui se prête à toutes sortes de compositions tant en fleur fraîche que sèche.

Les fleurs fraîches se conservent une dizaine de jours en vase, et les fleurs sèches présentent l'avantage de conserver très longtemps une couleur bien vive.

En coupant les tiges courtes, on peut confectionner des véritables "boules" de fleurs à installer en centre de table ou à suspendre.

Ces boules peuvent également décorer très originalement ; pensez-y, Noël et son sapin approchent...

Surprenez votre entourage et vos invités en remplaçant les traditionnelles boules par ces fleurs. Le contraste entre le vert du sapin et le jaune vif de la craspédie est du plus bel effet.

Voici sa fiche technique.

UN ARBUSTE PLEIN DE QUALITES, LE GRENADIER

De nom latin, Punica Granatum il appartient à la famille des Lythracées, Punicacées.

Il porte également le nom de Balaustier.

Il est connu depuis des siècles, puisque ses vertus gustatives et médicales étaient déjà réputées dans l'Antiquité.

A fruits, à fleurs ou nain, il n'y a que l'embarras du choix pour installer un grenadier.

Au jardin, en haie gourmande, ou en pot sur une terrasse ou un balcon, il se prête à tous les espaces.

Le grenadier peut également être traité en bonsaï.

Les fleurs, appelées balaustres, sont mellifères et attirent les insectes pollinisateurs.

Séchées, elles se conservent longtemps et apportent un air champêtre aux bouquets.

Les fruits du grenadier, les grenades, sont très riches en vitamines A, B et C ainsi qu'en sels minéraux comme le fer et le potassium.

Pour aller plus loin, cliquez ici.

LA PETITE FLEUR A INSTALLER MAINTENANT, LA SCILLE DE SIBERIE

De nom latin Scille Siberica, la Scille de Sibérie appartient à la famille de Liliacées, des Hyacinthacées.

C'est une petite plante à bulbe on ne peut plus facile de culture.

Sans entretien spécial, et très rustique, elle se naturalise facilement dans le jardin.

Tout en légèreté, elle illumine de ses petites clochettes florales, le plus souvent bleues, le jardin du mois de février au mois d'avril.

A noter que la Scille du Pérou est tout aussi lumineuse et facile de culture, mais un peu moins rustique.

Les scilles peuvent être installées en pleine terre, dans des jardinières, des rocailles et se plaisent également au pied des arbustes.

Les scilles de Sibérie se cultivent également en intérieur où leur potée donnera un air champêtre en plein hiver.

Leur floraison annonce le printemps.

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

VOTRE AGENDA DE NOVEMBRE :

- 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

TARTELETTE AUX POIRES ET AU FROMAGE :

Recette pour 4 Personnes.

Temps de Préparation : 20 Minutes.

Temps de Cuisson : 30 Minutes.

Ingrédients :

1 rouleau de pâte feuilletée prête à l'emploi

4 poires de belle taille et mûres à point

200 grammes de fromage "bleu" (bleu d'Auvergne, de Bresse, Roquefort...)

Préparation :

Mettre le four à préchauffer à 220° (Thermostat 7).

Couper la pâte feuilletée à l'aide d'un emporte pièce et d'un couteau, ou d'une roulette à pâtisserie, pour former 4 ronds de 15 centimètre de diamètre.

Poser ces fonds de pâte sur une plaque à pâtisserie recouverte d'un papier sulfurisé.

Recouvrir les fonds d'une autre feuille de papier sulfurisé et de haricots secs, ou d'une plaque de cuisson.

Cela permet de cuire à blanc les fonds de tartelettes sans qu'elles se déforment.

Les enfourner pendant environ 20 minutes.

Pendant ce temps, épluchez les poires et émincez-les finement.

Détailler le fromage en copeaux très fins.

Sortir les fonds de tarte du four.

Les recouvrir avec les copeaux de fromage, puis répartir les lamelles de poire.

Remettre au four pendant environ 3 minutes.

Présentation et/ou Suggestions :

Servir en entrée avec une salade assaisonnée d'huile de noix.

Cette recette peut également être faite en une seule tarte.

En mini tartelettes, elles peuvent également être présentées à l'apéritif ou lors d'un buffet.

EMINCE DE DINDE :

Recette pour 4 Personnes.

Temps de Préparation : 20 Minutes.

Temps de Cuisson : 20 Minutes.

Ingrédients :

4 escalopes de dinde
400 grammes de champignons de Paris
10 centilitre de bouillon de volaille
40 grammes de beurre
3 cuillers à soupe de crème fraîche épaisse
2 cuillers à soupe d'huile
Quelques feuilles de basilic ou d'estragon
1 pointe de couteau de noix de muscade râpée
1 pointe de couteau de piment de Cayenne
Sel et Poivre

Préparation :

Préparer les champignons en coupant la partie terreuse des pieds.
Les laver rapidement à l'eau vinaigrée, mais sans les laisser tremper avant de les égoutter et de les essuyer.
Les couper en lamelles fines.
Détailler les escalopes de dinde en lamelles d'environ 1 cm de large.
Laver le basilic ou l'estragon, l'égoutter et le ciseler.
Mettre l'huile dans une poêle avec le beurre.
Lorsque la poêle est chaude, verser les lamelles de dinde et laisser dorer légèrement 5 minutes, à feu moyen, en remuant.
A la fin de la cuisson, saler et poivrer.
Retirer les morceaux de dinde et les réserver dans un plat.
Mettre les champignons dans la poêle et les laisser cuire à feu vif pendant environ 5 minutes (pour qu'ils rendent leur eau).
Assaisonner avec le sel, le poivre, le piment de Cayenne et la noix de muscade.
Verser le bouillon de volaille sur les champignons.
Laisser réduire à feu doux pendant 5 minutes.
Incorporer la crème fraîche et bien mélanger.
Remettre la viande, parsemer avec les herbes.
Servir aussitôt.

Présentation et/ou Suggestions :

Cette recette peut également être réalisée avec des escalopes de poulet.
On peut utiliser un wok à la place d'une poêle.
Servir avec du riz ou des pâtes fraîches.

SOUPE D'AGRUMES :

Recette pour 4 Personnes.

Temps de Préparation : 20 Minutes.

Temps de Cuisson : 20 Minutes.

Ingrédients :

1 pamplemousse jaune
1 pamplemousse rose
4 oranges de belle taille
4 clémentines
2 citrons verts non traités
1 citron non traité
200 grammes de sucre de canne ou de vergeoise
40 centilitres d'eau
1 petit morceau de gingembre (selon le goût de chacun)
1 gousse de vanille

Préparation :

Fendre la gousse de vanille dans la longueur.

Râper le gingembre.

Râper finement les zestes des citrons verts et du citron jaune.

Récupérer le jus des trois citrons.

Dans une casserole mettre l'eau, le sucre, la vanille, le gingembre, les zestes de citrons et le gingembre.

Faire chauffer à frémissement pendant environ 10 minutes (jusqu'à ce que le mélange devienne sirupeux).

Pendant ce temps, éplucher à vif les pamplemousses et les oranges avant de détailler les quartiers.

Enlever la peau des clémentines et récupérer les quartiers.

Mettre les agrumes dans un saladier en les mélangeant.

Enlever la gousse de vanille du sirop avant de le verser sur les agrumes.

Couvrir le saladier et laisser refroidir à température ambiante.

Lorsque la soupe est froide, la mettre au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

Présentation et/ou Suggestions :

Cette soupe fraîche est très énergisante mais sera également appréciée après un repas copieux.

Pensez-y, là encore, lors des agapes des fêtes de fin d'année.

Décorer avec quelques feuilles de menthe.

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.