

# HOMEJARDIN - Newsletter N°52 – 21 juin 2013

## SOMMAIRE

Bonjour  
A cause du mauvais temps  
Devenir Artiste  
Cendres utiles  
Eau, le casse-tête  
Nos aïeux avaient tout compris  
Un imitateur au beau plumage  
Elles voient rouge  
Drôle d'expression  
La carte postale du mois  
Les petites astuces qui changent le quotidien  
Un indien dans la ville  
Merci Dr Garden  
Vertueuse et aromatique  
Sur votre agenda de juillet  
Les bonnes recettes de Tatie Gladys  
Abonnement/Désabonnement/Modifications

## BONJOUR



Impossible de parler de ce mois sans évoquer le 14 juillet. Cette fête nationale a été instaurée par une loi en 1880.

Véritable institution ce jour férié est accompagné de nombreuses animations dont essentiellement les bals populaires et les feux d'artifice.

Attention, si vous souhaitez tirer des feux d'artifice sur votre terrain ou utiliser des pétards, il faut vous renseigner auprès de votre mairie. En effet selon les municipalités les restrictions diffèrent. Par exemple à Paris les pétards sont interdits le 14 juillet.

Une particularité ? la ville de Viriat dans l'Ain fête le 14 juillet... au mois d'août. Mais pourquoi ? Cette décision date du 11 juillet 1880 où un arrêté municipal édicta qu'il ne fallait pas perturber les travaux des champs.

Eh oui, le mois de juillet est également un mois de grande activité dans les champs avec les moissons, les fenaisons...

Enfin, si le beau temps se décide à arriver, n'hésitez pas à réunir vos amis, votre famille autour d'un bon barbecue.

## IL Y A URGENCE



Au jardin il faut vraiment s'activer. D'autant plus cette année où nous avons, pour ainsi dire tous, un mois de retard dans nos travaux.

Semer, planter, désherber... Le travail ne manque pas, sans compter la surveillance des végétaux.

Et oui si certains parasites se sont également réveillés en retard, ils sont bien présents tout comme les maladies.

Voyons le bon côté des choses, un avantage de ce printemps pourri que nous venons de subir, nous avons fait des économies d'eau.

Les **arrosages** sont toujours un casse-tête pour le jardinier. Trop d'eau ou pas assez d'eau et les plantes végètent, c'est un véritable problème. La base est d'apprendre à bien connaître sa terre et les plantes qui y sont installées. Une des meilleures solutions, pour limiter les apports d'eau, est de ne jamais laisser le sol à nu. Pour cela le **paillage** vient à notre secours. Mais toutes sortes d'autres solutions simples viennent à notre secours pour apprendre à bien gérer les arrosages. Non seulement nous faisons des économies d'eau mais surtout nous aidons les végétaux à bien se développer.

Juillet, c'est également pour beaucoup synonyme de vacances. Si l'on est toujours ravi de prendre quelques jours de dépaysement, nous avons des inquiétudes pour nos plantations et/ou nos plantes d'intérieur. Bien sûr l'idéal est de pouvoir faire appel à un voisin, ami ou parent. Mais pas de panique, de nombreuses astuces simples permettent de partir l'esprit tranquille.

Pour toutes ces raisons, et d'autres, c'est le moment de lire ou relire notre **Coup de pouce le jardinier est en vacances**

## LA PEINTURE LA PLUS FACILE



Avec la **peinture acrylique**, rien de plus simple que de réaliser de superbes tableaux. Elle se travaille facilement, n'a pas d'odeur, sèche vite, ne jaunit pas, et de plus est économique comparée à la peinture à l'huile par exemple.

L'éventail des couleurs est immense d'autant plus que, comme les couleurs sont miscibles entre elles, on peut en créer de nombreuses inédites.

Ce n'est que relativement récemment que les artistes peintres ont découvert une nouvelle peinture qui présente de nombreuses qualités.

La peinture acrylique est en effet une technique très moderne puisqu'elle a été créée aux Etats-Unis au début du 20<sup>ème</sup> siècle seulement. En France son essor a lieu dans le début des années 1960.

Cette "invention" est due aux nouvelles technologies et à de nombreuses recherches sur les liants. Ce sont en fait des résines synthétiques qui servent de liants.

Dès lors une querelle d'artistes prit naissance. Les traditionnalistes ne pouvaient concevoir de réaliser des tableaux avec d'autres techniques que l'aquarelle ou la peinture à l'huile.

Par contre nombreux furent ceux qui comprirent de suite les avantages que procure cette peinture.

Qu'elle soit appliquée au pinceau ou au couteau, c'est une peinture qui offre une grande variété de techniques donc une grande liberté d'expression.

Parmi les peintres les plus célèbres ayant opté pour l'acrylique, on peut citer Jean Dubuffet, Victor Vasarely et surtout Andy Warhol.

## **L'EAU ET LA LOI, CE N'EST PAS GAGNE...**



Nous avons tous, depuis quelques années, été poussés à installer des récupérateurs d'eau. C'est en effet une très belle initiative pour collecter et récupérer l'eau de pluie, et cette année nous avons été gâtés.

La récupération d'eau n'est pas une nouveauté, nos anciens le faisaient tous. Economique et écologique, c'est un concept qui est dans l'air du temps. Par ce simple geste, nous avons le sentiment de participer activement à la sauvegarde de la planète.

A quoi peut servir cette eau de pluie ? Aux arrosages bien sûr, mais également au lavage des sols, aux toilettes, aux lessives...

Et c'est là que tout se complique car "on" (ils se reconnaîtront) a simplement oublié de nous parler de certains points très spécifiques qui ont une grande importance. Est-ce que vous savez qu'une loi édicte les conditions d'utilisation de cette eau tombée du ciel ? C'est un arrêté du 21 août 2008, publié au Journal Officiel N°0201 du 29 août 2008.

Si vous utilisez l'eau récupérée uniquement en extérieur, pour arroser vos plantations et que la citerne n'est pas reliée au réseau d'eau public, pas de problème. Il faudrait quand même vous attendre à ce qu'un agent de l'équipement fasse un contrôle tous les cinq ans pour vérifier qu'il n'y a aucun risque de contamination du réseau public et que la citerne est bien entretenue.

Par contre, si vous utilisez l'eau en intérieur, les complications commencent. Pourquoi ? Simplement parce que ces eaux vont être envoyées dans les égouts. Savez-vous que vous devez faire une déclaration à votre mairie ? Que vous devrez payer la taxe d'assainissement ? Et dans le cas d'un usage intérieur, le récupérateur d'eau devra être extrêmement bien entretenu pour ne pas risquer de contaminer le réseau. Après la déclaration d'usage intérieur, des agents de l'équipement viendront contrôler le bon état sanitaire de tout le système. Mais dans ce cas, la facture de déplacement sera à votre charge.

Bon nombre de personnes se sont faites "piégées" par la nébuleuse qui règne autour des récupérateurs.

Donc, encore une fois on nous incite à faire des gestes écologiques et soi-disant économiques, mais en occultant une bonne partie d'informations primordiales.

## CONSUMER POUR CONSOMMER, BONNE IDEE !



Un produit naturel, bio, efficace pour résoudre bon nombre de problèmes au jardin à tel point qu'il est parfois surnommé <<or du jardinier>>, ça fait rêver non ? Et bien ce produit miraculeux existe, ce sont les endres de bois.

Depuis la nuit des temps l'homme a toujours utilisé les vertus des cendres. Elles peuvent provenir d'une cheminée mais également des résidus de tailles, ou autres herbes, que l'on fait brûler au jardin.

Mais quelles sont les propriétés des cendres de bois ?

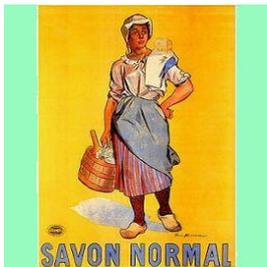
- Elles fournissent un amendement au sol en le restructurant.
- Riches en sels minéraux elles apportent un engrais à libération lente.
- Répulsives elles sont détestées par des parasites des végétaux
- Antibactériennes, elles protègent bien des végétaux de la pourriture.
- Elles empêchent les gastéropodes de grignoter les plantes...

Comme vous le voyez elles ont de nombreux avantages.

Mais attention, elles ne doivent pas être utilisées à tort et à travers. Comme pour tout, une bonne gestion est la clé de la réussite.

Sans oublier que les cendres de bois permettent de fabriquer une lessive pour un linge éclatant. Alors, en l'utilisant à bon escient, ne nous privons pas de ce produit phare du jardinage biologique.

## RETOUR AUX SOURCES



Nettoyer, balayer, astiquer...chantait Zouk Machine. Eh oui, ce sont des activités qui nous concernent tous et qui reviennent en boucle.

Depuis plusieurs années les rayonnages réservés aux produits d'entretien des supermarchés s'étendent de plus en plus. Nous n'avons que l'embaras du choix et restons souvent perplexes devant de tels étalages.

Bien sûr nous sommes tous pareils et nous laissons tenter par des produits "miracle" qui nous promettent de nous simplifier la vie tout en rendant étincelant notre intérieur en un clin d'œil. Et après essais, le résultat n'est que quasiment jamais au rendez-vous.

Et cela sans parler du portefeuille ! En moyenne, un foyer de quatre personnes dépense entre 250 et 300 euros par an pour les produits d'entretien. Et cela avec des produits basiques. Si on achète des produits plus "exceptionnels", ou des produits "verts", la note augmente d'au moins 50%.

Une solution simple permet, au contraire, de diminuer la note de 50% au minimum. Il suffit de revenir aux produits traditionnels et classiques, à la mode autrefois. Imaginez, vous n'avez besoin, dans votre placard, que de quelques produits de base comme : du vinaigre d'alcool, du savon noir, du

bicarbonate de soude, du savon de Marseille, de l'alcool ménager... Que des produits très peu chers (pour le moment) et multifonctions qui permettent de réaliser soi-même ce qui précède.

Certains d'entre vous se disent : Bon d'accord mais c'est compliqué. Mais non, est-ce plus ardu de mettre quelques gouttes de vinaigre d'alcool sur une éponge plutôt que le faire avec un produit du commerce ?

En plus d'être économiques, ces produits sont tous naturels, antiallergiques, biodégradables et tout autant efficaces... que des avantages.

Vous savez ce qu'il reste à faire... du tri dans nos placards.

## UN BEAU CAJOLEUR



Il est splendide et majestueux avec son plumage où se mêlent le noir, le rose, le blanc, le marron et le bleu.

Cela peut paraître bizarre mais le geai des chênes (*Garrulus glandarius*) appartient à la famille des corvidés, comme le corbeau.

Le geai est omnivore. Son alimentation est constituée, pour environ la moitié de glands, de faines mais également de petits fruits. Il adore également les graines de céréales. Mais il n'oublie pas qu'il est aussi un prédateur qui peut se régaler de campagnols ou de petits lézards. Malheureusement, il lui arrive aussi de détruire des œufs et des oisillons de passereaux comme les fauvettes.

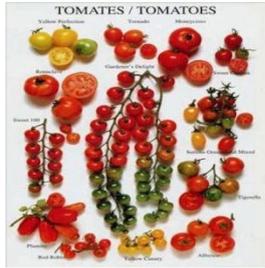
Il adore s'installer dans les grands feuillus, avec bien sûr une préférence pour les chênes. Il contribue d'ailleurs au reboisement des forêts de chênes. En effet, comme les écureuils il a tendance à amasser, sous les feuilles par exemple, des glands pour subsister à la mauvaise saison. Mais tête en l'air il oublie bon nombre de caches. Les glands germent et donnent naissance à des bébés chênes.

Le couple de geais s'installe, entre avril et juin, dans un nid préparé dans des buissons bien denses ou sur des branches d'arbres très feuillues. Prudents, ils le confectionnent assez haut, entre 2 et 5 mètres, le protégeant ainsi de beaucoup de prédateurs. La femelle pond environ cinq œufs et les couve pendant une quinzaine de jours. Les petits restent peu de temps près d'elle puisqu'ils quittent le nid environ trois semaines plus tard.

Le geai est parfois assez bavard et bruyant avec de grandes variations dans son chant. Il émet aussi bien des cris brefs et rauques que des sortes de longs gloussements. Il a également un véritable don d'imitateur. Avec ses cris perçants, il est ainsi capable d'imiter d'autres oiseaux, sa prédilection allant à la buse. Il émet aussi parfois de véritables... miaulements comme un véritable chat. On dit que le geai cacarde, cajole ou jase.

Il est parfois farouche, mais une fois installé dans le jardin, il se laisse quand même admirer de loin.

## RENDEZ-NOUS LES VRAIES, BONNES ET JUTEUSES



Un des produits phares de l'été c'est la tomate. Nous ne parlons pas de celles du jardin mais de celles que nous achetons. Avez-vous remarqué comme au fil des ans elles se sont transformées ?

On en trouve de plus en plus de variétés différentes. Elles sont belles sur les étals, bien calibrées, lisses régulières... un rêve. Mais malheureusement cela reste effectivement uniquement un rêve car lorsqu'on les ramène à la maison c'est une autre histoire.

Si on ne s'est pas servi soi-même on se rend compte qu'elles sont dures, mais tellement dures que l'on pourrait jouer à la pétanque avec !

Tant pis, on bougonne et on reporte la salade de tomates dont on se délectait déjà à demain ou après-demain. Pas si simple, si on attend trop elles ne mûrissent pas mais pourrissent. Bon admettons (ou raisonnons par l'absurde), coup de chance on a choisi le bon moment ; la vinaigrette est prête, le basilic, la mozzarella... Nous saisissons notre couteau spécial tomate, nous commençons à couper les tomates et là... un point d'interrogation plane au-dessus de nos têtes, on vérifie... c'est bien une tomate et pas une pomme qu'on essaie de couper ? Quasiment aucun jus ne coule, de quoi remettre en doute tous nos souvenirs d'enfance.

Et oui, les tomates idéales, pour les pique-niques ou à manger debout en se promenant au soleil, ont été inventées. Là c'est sûr on ne risque pas de se tacher.

La faute au temps ? Impossible de nous faire croire cela, puisque le problème se décuple tous les ans. De plus ce sont surtout des cultures en serre que l'on nous propose.

Le comble c'est que l'on nous accuse nous les consommateurs, on nous culpabilise en prétextant que nous avons souhaité avoir des produits, fruits ou légumes, vraiment calibrés et d'une forme parfaite. Vous avez demandé cela, vous ? Et même si, est-ce une raison pour que le côté visuel prime à ce point sur tout le reste, dont l'essentiel... le goût !

Heureusement qu'il y a encore, mais de moins en moins, des producteurs sérieux capables de nous proposer d'excellents produits. Le hiatus c'est que certains se croient permis de les proposer au prix du caviar.

Alors n'hésitez plus et, même sur un balcon, cultivons nos propres tomates. Vous ferez vite la différence, et quelle saveur !

## QUELLE EST L'ORIGINE DE CETTE EXPRESSION



Vous connaissez l'expression "de pied en cap" généralement associée à habillé ?

C'est une expression qui date du 15<sup>ème</sup> siècle. Elle signifie totalement, complètement, et dans notre exemple entièrement habillé.

Bon d'accord les "pieds" nous connaissons, ce sont effectivement nos extrémités qui portent chacune cinq orteils.

Pour ce qui concerne le "cap" c'est en Provence que ce mot trouve son origine. Rien à voir avec la géographie. Au 13<sup>ème</sup> siècle, le mot cap (qui vient du latin caput) désignait la tête.

Sachant cela l'expression prend mieux son sens.

Autrefois on utilisait également l'expression "se trouver cap à cap" pour dire "se trouver en tête à tête"

## **UN PARADIS SUR TERRE, LA CARTE POSTALE DU MOIS**



Ce mois-ci la carte postale nous propulse à environ 2800 kilomètres à l'est de l'Australie, entre la Nouvelle-Calédonie et Tahiti. Nous partons pour l'archipel des Fidji. Il y a de quoi faire puisqu'il est composé de plus de 300 îles entourées de barrières de corail.

Dans ce coin paradisiaque règnent divers écosystèmes et une grande biodiversité. Les forêts tropicales figurent parmi les plus riches de l'Océan pacifique.

Les récifs coralliens, qui s'étendent sur environ 10 000 km<sup>2</sup> sont également fabuleux. Les amateurs de plongée sous-marine peuvent admirer plus de mille espèces de poissons, au moins sept espèces de tortues marines, tout en nageant avec les dauphins, les raies Manta ; pour les plus courageux avec des requins. A noter également que depuis 2003 l'archipel des Fidji est devenu un sanctuaire pour les baleines.

Bien sûr la flore est également exceptionnelle. On trouve énormément d'espèces endémiques, donc ne poussant que dans ces îles. Entre les régions côtières humides, les forêts tropicales, les plages de sable fin, la végétation est particulièrement variée et luxuriante. On peut admirer par exemple de gigantesques fougères arborescentes, des palmiers (endémiques pour la plupart). Les mangroves constituent également une grande part de la végétation. Et bien sûr les plages sont bordées de cocotiers.

Au niveau de la culture la plus grande part est réservée à la canne à sucre, vient ensuite le coprah.

Une des plus grandes spécialités artisanales des îles Fidji est la poterie. Elle est toujours réalisée selon une technique ancestrale qui date de plus de trois mille ans. Ce sont principalement les femmes qui travaillent l'argile, et cela manuellement avec simplement des bâtonnets de bois.

Voilà pour ce petit tour dans une destination de rêve. Et si vous y aller, pensez à arpenter les plages, vous découvrirez certainement de merveilleux coquillages.

## **LES P'TITES ASTUCES QUI CHANGENT TOUT**



Pour les semis, nous avons toujours besoin de bon nombre d'étiquettes. Certes les basiques ne sont pas chères, mais on peut encore en réduire le coût et se dépanner en cas de manque. Il suffit juste d'utiliser des cuillers en plastique (on en trouve en lot dans les solderies à prix très compétitifs). On

inscrit le nom des plantes concernées, avec un feutre indélébile, sur le dos de la cuiller et le tour est joué.

Les lames de ciseaux, de cuisine ou non, se salissent vite ce qui est très désagréable. Nous avons tous tendance, dans ce cas à les nettoyer sous l'eau. C'est une erreur car ils rouillent beaucoup plus vite et surtout "s'enrayent" au niveau de la jointure des lames. Une solution simple et efficace consiste à passer sur les lames un chiffon imbibé de vinaigre blanc. Il suffit ensuite de les essuyer avec un chiffon sec. C'est d'autant plus utile pour les ciseaux de cuisine, car le vinaigre est aussi un désinfectant.

## PAS QUE POUR LES SIOUX



De nom latin *Mina lobata* ou *ipomea lobata*, les **Plumes d'Indien** appartiennent à la famille des Convolvulacées.

C'est une grimpante, très volubile, qui est aussi appelée Drapeau espagnol et *Mina lobée*.

Originaire du Mexique, elle est haute en couleurs, ce qui lui doit deux de ses noms.

Les fleurs estivales sont très décoratives, longues et légères, elles ressemblent bien à des plumes.

Une autre originalité est que les fleurs, d'abord rouges, deviennent couleur orangé avant de prendre des accents jaunes puis de faner.

C'est une frileuse, mais à adopter ne serait-ce que pour la cultiver en annuelle.

## SON PARFUM ENVOÛTE !



De nom latin *Gardenia jasminoïdes*, *grandiflora* ou *augusta*, le **gardénia** appartient à la famille des Rubiacées. Il est également appelé Gardénia majestueux et Jasmin du Cap.

Ce bel asiatique doit son nom à un botaniste du 18<sup>ème</sup> siècle, originaire de Charleston en Caroline, le Docteur Garden.

Dès le 19<sup>ème</sup> siècle le succès du gardénia est immense en Europe, et les élégants, les dandys en mettaient une fleur à leur boutonnière.

Dans les années 1940/1950, la chanteuse Billie Holiday ne se présentait pas sur scène sans avoir des fleurs de gardénia dans ses cheveux.

Et bien sûr, avec leur parfum envoûtant et leur blanc très pur, les fleurs entrent souvent dans la composition des bouquets pour la mariée.

## UNE AROMATIQUE AUX MULTIPLES VERTUS



L'**aneth**, de nom latin anethum graveolens, appartient à la famille des Apiacées.

Il est également appelé "Faux Anis", "Fenouil Bâtard" et "Fenouil Puant".

De culture facile, il s'installe aussi bien en pot qu'en pleine terre.

Herbe aromatique, elle est également excellente pour la santé. On utilise ses feuilles et ses graines.

Il est connu depuis l'Antiquité. Autrefois, les Hébreux s'acquittaient de la dîme avec de l'aneth.

Selon beaucoup de légendes, l'aneth a toujours été paré de nombreuses vertus. Au Moyen-âge, il servait à se protéger de la sorcellerie.

On lui attribuait également des vertus favorables à l'amour. Les mariées en mettaient un bouquet dans leur corsage, le temps de la cérémonie ; il entrait dans la composition de filtre d'amour. Une anecdote précise même que, pour séduire les femmes, Grigori Raspoutine, qui avait des dons de guérisseur, prenait un bain aromatisé à l'aneth.

## VOTRE AGENDA DE JUILLET :

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](#)

Mangez bon et malin avec notre rubrique [SUR LES ETALS CE MOIS-CI](#)

## **LES BONNES RECETTES DE TATIE GLADYS**

Leur mise en page a été pensée pour que chacune puisse être imprimée entièrement sur une seule page.

### **SALADE DE CAROTTES**



Une salade toute en fraîcheur avec un assaisonnement aux accents exotiques.

Recette pour 4 Personnes.

Temps de Préparation : 20 Minutes.

Temps de Cuisson : 5 Minutes.

Temps de Repos : 3 Heures au Réfrigérateur.

#### ***Ingrédients :***

600 grammes de carottes  
2 cuillers à soupe d'huile d'olive  
1 cuiller à soupe de vinaigre de Xérès  
1 cuiller à café de gingembre frais  
1 petit bouquet de persil (ou de cerfeuil ou de coriandre)  
1 feuille de laurier  
Sel et poivre

#### ***Préparation :***

Râper le gingembre pour en récupérer une cuiller à café.  
Laver le persil et le ciseler finement.  
Peler les carottes, les râper en ruban ou les détailler à l'aide d'un couteau économe.  
Dans un bol, mélanger le vinaigre avec le sel et le poivre. Ajouter ensuite l'huile peu à peu en fouettant bien. Terminer la sauce en incorporant le gingembre et le persil.  
Dans une grande casserole porter environ 1 litre d'eau à ébullition avec une feuille de laurier.  
Incorporer ensuite les carottes et laisser cuire 3 à 4 minutes.  
Egoutter les carottes dans la passoire et les verser de suite dans un saladier, enlever la feuille de laurier.  
Verser la sauce sur les carottes chaudes, puis couvrir.  
Laisser refroidir à température ambiante, puis entreposer dans le réfrigérateur pendant 3 heures au minimum.

#### ***Conseils et Suggestions :***

Cette salade peut aussi se préparer la veille et être conservée au réfrigérateur.  
Elle peut se déguster en entrée, ou en accompagnement de viandes froides.

## **EPAULE D'AGNEAU AU FENOUIL**



Une recette simple et très parfumée grâce au fenouil.  
Bien marinée, l'épaule d'agneau est moelleuse et savoureuse.

Recette pour 6 Personnes.  
Temps de Préparation : 30 Minutes.  
Temps de Cuisson : 35 Minutes.  
Temps de Repos : 1 heure de Macération.

### ***Ingrédients :***

1 kilo d'épaule d'agneau (demander au boucher de la désosser)  
6 fenouils  
2 oignons  
1 orange (non traitée)  
1 gousse d'ail  
2 litres d'eau  
15 centilitres d'eau  
2 cuillers à soupe d'huile d'olive  
Sel et Poivre

### ***Préparation :***

Mettre de côté les petites feuilles vertes des fenouils. Retirer ensuite les premières feuilles, qui sont très filandreuses, de chaque bulbe.  
Dans une grande casserole, porter 2 litres d'eau à ébullition. Mettre ensuite les fenouils et les laisser blanchir pendant 5 minutes. Les égoutter dans une passoire puis les couper en quatre.  
Détailler l'agneau en dés à déposer dans un plat creux.  
Eplucher la gousse d'ail et l'écraser.  
Eplucher les oignons et les émincer.  
Laver les petites feuilles vertes des fenouils et les égoutter.  
Prélever le zeste de l'orange et le râper finement, de manière à en récupérer une bonne cuiller à café.  
Presser l'orange et mettre son jus de côté.  
Incorporer à l'agneau les feuilles de fenouil, le jus d'orange, le zeste d'orange, le sel et le poivre. Bien mélanger l'ensemble.  
Laisser mariner pendant environ une heure en remuant de temps en temps.  
Faire chauffer l'huile dans une grande sauteuse ou dans un wok.  
Egoutter légèrement l'agneau. Attention, il faut conserver la marinade.  
Mettre l'agneau dans la sauteuse ou le wok pour le faire revenir pendant 5 minutes à feu moyen, sans cesser de remuer avec une cuiller en bois.  
Incorporer ensuite l'ail et l'oignon et faire revenir encore 5 minutes en remuant. Ajouter ensuite la marinade avec 15 centilitres d'eau chaude.  
Couvrir la sauteuse ou le wok et continuer la cuisson, à feu moyen, pendant 15 minutes

## **SOUPE DE PASTÈQUE**



Pour les journées chaudes, osez la soupe extrêmement rafraîchissante et vitaminée.

Recette pour 6 Personnes.

Temps de Préparation : 25 Minutes.

Temps de Cuisson : Sans.

Temps de Macération : 4 Heures au Réfrigérateur.

### ***Ingrédients :***

1 belle pastèque (environ 2 kilos)  
1 citron  
300 grammes de pêches jaunes de préférence  
300 grammes de fraises  
50 grammes de sucre en poudre  
10 centilitres de vin muscat  
Quelques feuilles de menthe

### ***Préparation :***

Rincer rapidement les fraises sous l'eau froide, les équeuter, et les déposer dans une passoire pour les égoutter.

Peler les pêches, enlever le noyau et les couper en lamelles assez fines.

Enlever la peau et les pépins de la pastèque, et découper la chair en gros dés.

Presser le citron et récupérer le jus.

Dans le bol du mixeur, mettre la pastèque, les pêches, le jus de citron, le muscat et la sucre.

Mixer finement puis verser le contenu dans un saladier.

Couper les fraises en lamelles assez fines et les ajouter à la préparation.

Mélanger avec une cuiller en bois. Attention il faut y aller délicatement pour ne pas "casser" les fraises.

Couvrir le saladier (de préférence avec un film alimentaire) et entreposer au réfrigérateur pendant environ 4 heures.

### ***Présentation :***

Juste au moment de servir, parsemer la soupe de feuilles de menthe ciselées, ou entières selon les goûts.

### ***Conseils et/ou Suggestions :***

Si la pastèque reste la base de cette recette, il est possible d'ajouter d'autres fruits comme des abricots, des pêches de vigne, des framboises, des groseilles...

Le sucre en poudre peut être remplacé par du sucre vanillé ou de la cassonade.

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

## **VOUS ABONNER, VOUS DESABONNER, MODIFIER VOS COORDONNEES**

C'est ici : [FORMULAIRE](#) ou encore ici : [FORMULAIRE](#)

Homejardin, ce sont aussi et surtout:

- Un espace [JARDIN](#)
- Un espace [LOISIRS](#)
- Un espace [ARCHIVES](#)
- Un espace [FORUM](#)

### **Retour au sommaire**

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