

# HOMEJARDIN - Newsletter N°71 – 21 FEV. 2015

## SOMMAIRE

Bonjour  
En mars au jardin  
Sur votre agenda de mars  
Pas n'importe quoi  
Pas canons, donc meilleurs  
Sécurisons le jardin  
Invite à la chansonnette  
Main verte ? Non, bon sens  
Trop vite ?  
L'outil du mois  
Le saviez-vous  
La carte postale du mois  
Les petites astuces qui changent le quotidien  
Coqueret d'où ?  
Sauvage à apprivoiser  
Un nom de fruit, un goût de légume  
Les bonnes recettes de Tatie Gladys  
Abonnement/Désabonnement/Modifications

## BONJOUR

Ca y est ce mois-ci le printemps arrive !

L'équinoxe de printemps a lieu le 20 mars. Ce jour là, la durée du jour est égale à la durée de la nuit.

Le printemps est la première saison de l'année et indique le réveil et le renouveau de la nature. Etymologiquement le mot printemps est composé de "primus" - qui signifie "premier" - et de "tempus" qui signifie "temps".

Une mauvaise nouvelle en mars ? Et oui, nous perdons une heure de sommeil. En effet dans la nuit du 28 au 29, nous passons à l'heure d'été (à trois heures du matin il sera en fait quatre heures du matin). A vos pendules, montres...

En contrepartie il y a quelques moments festifs ce mois-ci.

Le 1<sup>er</sup> mars c'est la fête des grands-mères. Pour les honorer la "tradition" veut que l'on privilégie les fleurs de couleur jaune. Bien sûr la fleur emblématique de cette fête est le narcisse.

Pensez également à surveiller le ciel. Un arc-en ciel en mars est réputé annonciateur d'une belle année !

## QUE FAIRE AU JARDIN CE MOIS-CI ?



Tout doucement la période de grande activité au jardin s'amorce, mais la prudence est encore de mise car le mois de mars est un mois extrêmement capricieux. Si les journées sont belles, les nuits sont encore fraîches, et surtout le temps varie beaucoup d'une journée à l'autre. Sans oublier que des gelées tardives ravageuses peuvent survenir et mettre à mal les semis précoces et les bourgeons.

Pour démarrer en douceur, patienter et attendre que le temps soit vraiment clément. Certains travaux peuvent néanmoins être effectués.

C'est en effet le bon moment pour bien préparer la terre en l'aérant. Elle accueillera les futures plantations. Bien plus vite que la végétation espérée, les mauvaises herbes ont la fâcheuse tendance à être particulièrement actives, il faut donc commencer les travaux de désherbage.

Les rigueurs hivernales ont mis à mal les massifs. Pour redonner du tonus aux plantes, supprimer ce qui est fané et toutes les parties végétales qui ont souffert du froid.

Sous abri, on peut effectuer bon nombre de semis de fleurs, de légumes...

Les plantes d'intérieur commencent également à sortir de leur dormance, c'est la période idéale pour procéder au rempotage ou au surfaçage.

Pour ne pas être pris au dépourvu, pensez également si ce n'est pas déjà fait, à nettoyer et à désinfecter les outils de jardin, les pots, les tuteurs... Cette opération, souvent négligée, est pourtant importante car elle évite la propagation des parasites et des maladies.

## 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](#)

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

Nous rappelons que nous tenons chaque jour un petit almanach dans lequel on trouve entre autres : le Saint du jour, une célébrité, dans tous les domaines, née ce jour et à quoi elle doit sa notoriété, un conseil... C'est sur le forum, rubrique [ALMANACH...](#) Anecdotes, faits amusants, tout pour bien démarrer la journée !

## **CHAUD ou FROID**



Nous disons souvent qu'il est important de connaître la composition de sa terre afin de bien réussir ses cultures et ses semis. Mais un autre critère, fréquemment négligé, entre en ligne de compte pour une germination optimale des graines, la température de la terre. C'est effectivement un point essentiel à contrôler afin que les graines puissent lever correctement et sans risque de pourrir.

S'il est vrai qu'en humant l'air on sente déjà un réchauffement, les sols réagissent plus lentement, donc pas de précipitation pour les semences.

Et cela varie considérablement selon leur nature. C'est pour cela qu'en jardinage on parle parfois de "terre froide" et de "terre chaude". Ainsi les sols argileux, bien qu'assez fertiles, sont relativement mal drainés et donc saturés d'eau, ce qui fait qu'ils mettent beaucoup plus de temps à se réchauffer. On considère ainsi qu'une terre lourde demande environ sept fois plus de calories qu'une terre légère pour obtenir la même température. Mais ce principe est également valable dans le sens inverse ; en fin de saison la terre lourde se refroidira moins vite que la légère.

Bien sûr le thermomètre de couche est le moyen le plus fiable pour bien connaître la température de la terre. Mais une simple observation à l'œil nu et en surface donne également de bons renseignements. Il faut attendre que la terre soit bien ressuyée, c'est-à-dire que l'eau qu'elle renfermait se soit bien évaporée. Lorsqu'on travaille la terre elle doit être souple, non collante, sans paquets...

Penser également que, si du paillage est resté pendant l'hiver sur la terre, il est préférable de le retirer. Et oui, le paillage est très efficace pour garder la fraîcheur à la terre, il retarde donc son réchauffement (CQFD !).

Enfin n'oublions pas que l'exposition de la parcelle à travailler a beaucoup d'importance. Un emplacement un peu plus ombragé ou exposé au nord demandera systématiquement plus de temps pour se réchauffer et se ressuyer.

## **PAS BEAUX ? ON S'EN FICHE !**



Les "Fruits et légumes moches" font de plus en plus parler d'eux, mais qu'est-ce que c'est ?

C'est une initiative on ne peut plus respectable qui consiste à mettre sur le marché des fruits et des légumes qui ne sont pas calibrés selon des critères dignes d'une agence de mannequinat. En effet depuis quelques années on ne nous présente que des produits "zéro défaut" sur le plan esthétique. Par contre question goût l'exigence n'est pas à la même échelle, allez comprendre pourquoi... Est-ce que ce sont les exigences de consommateurs comme on nous le serinait régulièrement ou des diktats imposés par les filières de commercialisation ? La réponse est dans la question, non ?

Imaginez ce ne sont pas loin de 750000 tonnes de produits frais qui ont été invendus en 2010, car hors "critères". Source ADEME.

C'est donc forts de ces aberrations que des producteurs ont décidé d'alerter et surtout d'interpeller les consommateurs en revalorisant les produits hors standard. Ainsi une carotte tordue, une pêche moins sphérique ou une tomate biscornue trouvent place à notre table.

Essayez-les et vous serez vraiment surpris de découvrir que ces fruits et légumes mal calibrés ont une saveur également hors norme, mais cette fois dans le bon sens. En fait comme autrefois, et cela permet également aux producteurs de travailler sur des variétés anciennes.

Sans compter, tous ceux qui jardinent le savent parfaitement, qu'il est impossible d'obtenir de manière naturelle des tomates toutes de la même taille, pour ne citer qu'elles. Et comme ils sont tous tordus, ils coûtent moins chers, ce qui est loin d'être négligeable.

C'est ainsi que deux labels ont été créés par ces producteurs intelligents et responsables : "Les Gueules Cassées" et "Quoi ma Gueule ?".

## UN JARDIN PLAISIR



Comme déjà dit plus avant, mars annonce le démarrage des travaux au jardin. Pour les jardiniers c'est enfin la délivrance qui s'annonce après la léthargie hivernale.

Une journée ensoleillée pointe son nez ? Allez, on court au jardin et on se lance. On désherbe, on retourne la terre, on nettoie à droite à gauche, on déplace les pots... Et tout d'un coup, "aie" on a l'impression que l'on est passé sous un rouleau compresseur ; le corps est tout courbaturé ; on n'arrive plus à se mouvoir correctement.

Et oui, le jardinage est un plaisir mais également un sport. Et comme dans toute activité physique, il y a quelques précautions à prendre. Ainsi, avant de se lancer dans une grande séance de travail de la terre, quelques étirements permettent de préparer le corps. Les outils doivent être adaptés à chacun et ergonomiques, les achats coup de cœur sont à bannir. Il faut aussi toujours se rappeler que l'on doit plier les genoux pour se baisser, et non se pencher en avant. Et surtout il faut apprendre à varier les travaux pour ne pas faire de gestes répétitifs trop longtemps. Nous avons regroupé, dans notre fiche "[comment jardiner sans douleur](#)", beaucoup de conseils de bon sens qui permettront d'éviter bon nombre de maux.

On l'oublie également souvent, un jardin mal géré et/ou mal organisé peut s'avérer dangereux. L'exemple qui explique tout est bien sûr le célèbre "coup du râteau". Ne riez pas, il nous guette tous et en certainement frappé plus d'un d'entre-nous. On marche tranquillement dans le jardin, nez au vent en admirant fièrement ses plantations, et bingo on se prend un coup de manche sur la tête. Et oui, le râteau traînait dans le jardin les griffes en l'air et on a marché dessus !

Bien sûr si, pour les jardiniers et les adultes qui s'y prélassent le jardin peut renfermer des dangers, que dire au niveau des enfants et des animaux ?

Que de tracas et de pleurs facilement évitables avec une bonne organisation, une connaissance des végétaux que l'on installe et des gestes emplis de logique. Rien de bien compliqué, encore moins de

contraignant, mettons vite en pratique quelques fondamentaux énoncés dans notre fiche "[un jardin sans danger](#)" pour faire de nos jardins de véritables havres de paix.

## **ALOUETTE, GENTILLE ALOUETTE**



Un dicton du mois de mars précise qu'au jour de la sainte Colette (le 6) commence à chanter l'alouette.

En Europe c'est l'alouette des champs la plus répandue. De nom scientifique *Alauda arvensis*, elle appartient à la famille des Alaudidae. Elle est présente dans toutes les campagnes, que les champs soient cultivés ou non, mais également dans les marais et les dunes. Elle n'apprécie pas la pleine forêt mais s'installe volontiers en lisière.

Brune avec des striures presque noires, l'alouette a un poitrail blanchâtre. Sa tête, aux longues plumes, est surmontée d'une sorte de calotte ressemblant, selon son attitude, à une crête ébouriffée. Son regard est perçant, d'autant plus que l'œil est rehaussé d'un sourcil crème.

C'est à partir de la fin février que les mâles commencent leurs parades nuptiales pour conquérir leurs dames. Ils évoluent alors en faisant des spirales, tout en volant, et surtout en chantant très fort. En parlant de son chant on dit que l'alouette grisolle, tirelire ou turlute. Après maintes et maintes parades les couples se forment. C'est, comme bien souvent, la femelle qui confectionne le nid bien douillet avec de l'herbe, des poils... Elle y pond entre 3 et 5 œufs. L'incubation met environ 11 jours. Ensuite ce sont les deux parents qui alimentent les petits. Mais leur travail est bref puisque les petits quittent le nid lorsqu'ils atteignent une dizaine de jours. Les oisillons restent quand même un peu aux alentours du nid pour s'en éloigner complètement lorsqu'ils sont âgés de trois semaines.

L'alouette vit au sol où grâce à ses plumes faites de dégradés de marron. Elle se fond ainsi avec la terre et on la distingue difficilement, c'est un oiseau très discret. Elle picore au sol les petits insectes, les vers de terre, les larves mais également quelques graines. Elle avale généralement ces dernières toutes entières dans leur enveloppe. Mais, très maligne, elle a une astuce : elle avale régulièrement des petits gravillons permettant de casser les graines... pendant leur digestion !

## **C'EST POURTANT SI SIMPLE**



Ce mois-ci une question, malheureusement assez redondante, nous a interpellés.

Un internaute, habitant dans une région à climat relativement froid, a acheté une magnifique [cordyline australe](#) grande de 2 mètres de haut. C'est un arbuste ressemblant à un palmier, qui ne supporte absolument pas les températures négatives et doit être hiverné à une température située entre 5 et 7°C.

La question de notre internaute ? Comment puis-je faire cet hiver car je ne peux pas la laisser dehors mais je n'ai aucun endroit frais pour l'hiverner.

Malheureusement il n'y a pas de miracle possible, sauf à s'en remettre à la providence..

Encore une fois nous rabâchons les choses, mais il ne faut pas se lancer bille en tête dans les achats coups de cœur. Il faut adapter les végétaux que l'on installe à son climat et à la nature de son jardin, et non pas demander aux plantes de le faire. On doit jouer avec la nature et non pas aller contre elle.

Si dans les jardinerie "en dur" on trouve plus facilement des plantes adaptées à sa région, il n'en est pas de même pour les jardinerie en ligne. Ces dernières sont en effet destinées à un très large public habitant des pays, des régions et des climats très divers. Il est donc toujours très important de bien se renseigner sur les exigences des végétaux sélectionnés avant de les acquérir.

Le premier élément à prendre en compte est la **rusticité**. Dans notre exemple une plante qui ne supporte pas des températures négatives ne peut être mise en pleine terre que dans les régions à climat très doux. C'est alors que se pose le problème de l'hivernage ; il ne faut pas perdre de vue qu'une plante d'extérieur ne peut pas passer l'hiver dans la maison, il lui faut un endroit plus frais comme une serre froide ou encore une orangerie.

Il faut également bien se renseigner sur les besoins des végétaux également en matière de terre, de besoin d'ensoleillement ; ainsi dans un jardin ombragé on ne plante pas des végétaux exigeant en luminosité.

De nombreux points sont donc à vérifier avant un achat. Cela évite d'être fortement déçu et de gaspiller de l'argent.

Pensez-y aussi quand vous offrez vous-même des plantes...

## **UNE CROISSANCE INQUIETANTE**



Depuis le début des années 1960, des chercheurs allemands de l'Université de Munich étudient la pousse des arbres. Ils se sont basés sur des relevés établis depuis 1872. Leur constat est qu'ils croissent de plus en plus vite et ce surtout depuis la fin des années 1960. Les arbres étudiés sont des résineux, comme le pin d'Alep, et des feuillus comme le chêne ou le frêne.

Imaginez que l'épicéa commun se développerait 32% plus vite, et cette accélération irait même jusqu'à 77% pour le frêne.

Quelle en serait la raison ? Trois phénomènes semblent en cause. Tout d'abord le réchauffement climatique ; ensuite, peut-être même surtout, la hausse du taux de CO<sub>2</sub> ; et pour terminer l'accroissement des dépôts d'azote atmosphérique. Au cours du siècle dernier le réchauffement a été en Europe d'environ 1% ; cela peut paraître peu mais l'influence est quand même là. Le taux de CO<sub>2</sub> quant à lui a vu un accroissement de près de 30%, et les dépôts d'azote atmosphérique ont été triplés (!).

Mais pourquoi une telle influence ? L'azote atmosphérique est dégradé par des bactéries, ce qui fait que les végétaux profitent pleinement de ces dérivés bien azotés : leur feuillage est bien vert et ils se développent plus rapidement. Le CO<sub>2</sub> leur apporte également bon nombre de nutriments. Certaines espèces sont très réceptives à ces surdoses de "vitamines".

Est-ce une bonne nouvelle ? La réponse est plus que mitigée. Oui, pour ce qui concerne l'exploitation du bois ; plus les arbres poussent vite, plus l'industrie du bois a de la matière première. Mais la réponse est non en ce qui concerne l'écosystème. Le problème est que cette croissance accélérée ne concerne pas toutes les essences végétales. Si l'on revient au frêne, précédemment cité, son hyperactivité risque rapidement d'étouffer les autres arbres avoisinants en retardant encore plus leur croissance. Et comme les arbres ne sont qu'un maillon de la chaîne de la nature, la vie de toutes les autres espèces forestières, que ce soient des plantes ou des animaux, sera également perturbée et surtout déséquilibrée. De plus une croissance accélérée ne signifie pas une meilleure santé. D'après les études il semblerait que ces arbres soient plus fragiles, plus sujets aux attaques de parasites et de maladies.

### L'OUTIL DU MOIS



Appelée aussi fourche à bêcher, la fourche-bêche est un outil indispensable pour travailler la terre.

C'est un outil de labour qui est composé de quatre dents plates effilées. Il ne faut pas la confondre avec la fourche à compost qui est constituée de cinq dents étroites et arrondies.

La fourche-bêche permet de travailler la terre sur une profondeur de 30 centimètres maximum. Du fait qu'elle pénètre très facilement dans la terre elle est bien adaptée pour les sols lourds, voire caillouteux.

Elle aère bien la terre et peut également être employée pour préparer les trous de plantation. On peut également l'utiliser pour étaler un paillage, du fumier ou du compost.

Un autre avantage est que sa forme permet de travailler la terre dans les massifs sans blesser les racines des végétaux qui y sont installés. Il faut quand même bien sûr agir avec douceur.

### LE SAVIEZ-VOUS ?



En ville le ronronnement urbain nous envahit par ses basses fréquences. Mais si cette pollution sonore nous gêne, elle perturbe également des animaux comme les oiseaux citadins.

Heureusement, la nature est bien faite, ces derniers sont dotés d'un instinct qui les fait réagir. Comme leurs cris sont le plus souvent basés sur des basses fréquences, pour se faire entendre de leurs congénères ils augmentent la puissance de leur chant. Des études ont été faites sur certaines espèces.

Ainsi la mésange charbonnière modifie la structure de son chant lorsqu'elle vit en ville. Il est plus court, plus rapide et plus fort.

Le rossignol des villes, quant à lui, chante plus aigu et surtout plus fort que celui des campagnes. Son volume peut atteindre 95 décibels !

Le merle est également malin puisqu'il attend que les bruits s'estompent. Il a été constaté que le merle des villes chantait plus souvent la nuit que le merle campagnard.

## LA CARTE POSTALE DU MOIS



Ce mois-ci nous retournons, comme régulièrement, dans l'Archipel des Caraïbes. Cette fois-ci faisons étape sur l'île de la Dominique. Initialement elle était appelée "Waitukubuli", ce qui signifie "son corps est grand". Elle a été ensuite rebaptisée, par Christophe Colomb, Domingo qui signifie Dimanche en espagnol. Devinez quel jour il l'a découverte ? 😊

Située en plein cœur des petites Antilles, au nord de la Martinique et au sud de la Guadeloupe, elle possède un climat tropical. D'une superficie de 754 km<sup>2</sup> elle renferme 30 chutes d'eau, des sources d'eau chaude et 365 rivières. C'est à La Dominique qu'a été fournie la série des films "Pirates des Caraïbes" avec Johnny Depp en vedette principale.

Au niveau forestier la Dominique renferme six sortes de forêts tropicales humides. L'arbre fétiche de l'île de la Dominique est le gommier ; son bois est utilisé pour construire les pirogues. Il ne faut pas manquer de visiter le Parc National Trois Pitons qui est classé au Patrimoine Mondial Naturel de l'UNESCO. On peut y découvrir de nombreuses chutes, des spas naturels formés par des sources d'eau chaude. Mais le clou du spectacle est la Vallée de la Désolation qui inclut le Lac Bouillant. C'est une vallée volcanique, et son lac est un véritable chaudron avec de l'eau chauffée par une fissure d'où s'échappe le gaz de la lave en fusion. L'eau peut atteindre une température allant jusqu'à 90°C.

Grâce aux pluies fréquentes et aux terres riches l'agriculture est abondante. Banane, citron, noix de coco, pamplemousse, vanille... Sans compter bien sûr le cacao et le café.

Climat tropical oblige, la végétation est extrêmement luxuriante et diversifiée. On dénombre environ 1000 espèces de fleurs (parmi elles plus de 70 orchidées) et 200 familles différentes de fougères. La fleur nationale de l'île est bwa kwaib (*sabinea carinalis*) qui est une des 22 plantes endémiques de l'île.

La faune est également bien représentée avec 162 espèces d'oiseaux, des lézards, des nombreux papillons... Peut être même rencontrerez-vous le très célèbre boa constricteur promenant nonchalamment ses trois mètres de long. Ne vous y trompez pas, et méfiez-vous car c'est un redoutable carnivore.

Les côtes sont vraiment déchiquetées. Pourtant les rares plages de sable fin incitent bien sûr au farniente et à la baignade. Mais il faut également prendre le temps d'admirer les fonds marins franchement exceptionnels. Vous pourrez ainsi saluer les baleines, les dauphins, les tortues de mer, les hippocampes, les massifs coralliens, les éponges-cratères... Bouteille ou tuba, on trouvera toujours de merveilleux spectacles riches en couleurs.

Saviez-vous que La Dominique est le seul endroit au monde où les cachalots vivent à l'année ? Des professionnels vous proposent d'aller les observer dans de bonnes conditions de sécurité et d'approche.

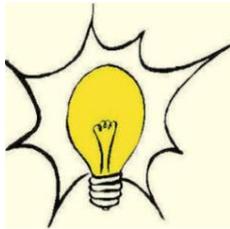
Naturellement La Dominique est un paradis pour les randonneurs, quel que soit leur niveau. Quel bonheur de remonter une rivière jusqu'à des chutes d'eau tellement majestueuses.

Nous espérons vous avoir donné envie de visiter ou revoir un pays attachant où la nature a gardé toute sa place originelle.





## LES PETITES ASTUCES QUI CHANGENT TOUT



Votre terre est trop acide, trop argileuse ou trop sableuse, et vous souhaitez lui apporter un amendement calcaire naturellement riche en calcium ? Voici une méthode 100% naturelle et gratuite. Il suffit d'incorporer dans la terre des coquilles d'œufs concassées.

Un fond de casserole rouillé ? Pas de panique. Mettre dans la casserole un jus de citron et deux sachets de levure chimique. Ajouter un peu d'eau afin que la rouille soit bien recouverte. Porter à ébullition et laisser bouillir pendant 5 minutes environ. Retirer du feu et bien rincer. Le tour est joué.

## LE PEROU S'EXPOSE ET SE DEGUSTE



Pour apporter de l'originalité dans votre jardin et dans vos assiettes, adoptez le **Coqueret du Pérou**. De nom latin *Physalis peruviana* il appartient à la famille des Solanacées. Il est également appelé "Groseille du Cap", "Alkékenge du Pérou", "Cerise de Terre", "Physalis" et "Prune des Incas".

Non rustique, il se cultive le plus souvent comme une annuelle.

Avec son port buissonnant et sa croissance rapide, il est décoratif aussi bien en pleine terre qu'en pot.

Ses fruits, très vitaminés, sont des sortes de baies entourées d'une enveloppe qui éclate à maturité.

Le coqueret du Pérou est souvent confondu avec l'**Amour en cage** (*physalis alkekengi*) mais attention ce dernier est un cousin davantage destiné à la décoration car ses fruits sont acides et aigrelets.

## OSEZ UNE SAUVAGE AU JARDIN



Une envie de vivace sauvage, facile de culture, rustique et à la floraison abondante ? Adoptez la **Valériane des Jardins**.

De nom latin *Centranthus ruber*, elle appartient à la famille des Valérianacées. Elle est également appelée "Barbe de Jupiter", "Centranthe Rouge", "Lilas d'Espagne" ou encore "Valériane Rouge".

Outre d'être nombreuses et légèrement parfumées, les fleurs sont très mellifères et attirent les pollinisateurs comme les abeilles et les papillons.

Les épis floraux ont une très bonne tenue en vase ce qui permet de créer de beaux bouquets champêtres.

Vigoureuse et sans exigence particulière, elle se plaît dans tous les jardins aussi bien en pleine terre qu'en pot.

## LA POIRE QUI N'EST PAS UN FRUIT



Connaissez-vous la **Poire de Terre**, autrement appelée Yacon ? De nom botanique *Polymnia edulis* ou *Smallanthus sonchifolius*, elle appartient à la famille des Astéracées.

C'est un légume-racine proche cousin du topinambour. Elle a été importée d'Amérique du Sud dans le courant du 19<sup>ème</sup> siècle mais n'a guère connu de succès. Par contre elle revient peu à peu dans l'actualité avec le retour en grâce des légumes anciens.

Si elle se cultive facilement, elle présente hélas l'inconvénient de demander de la place.

Les tubercules en forme de poires d'où son nom, se consomment crus ou cuits. On les cuisine à la manière des pommes de terre.

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

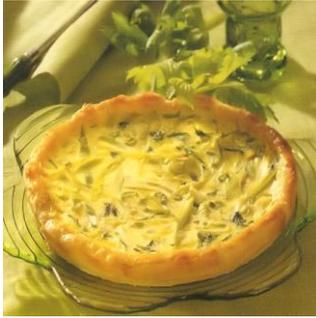
Leur mise en forme a été pensée pour que chacune des fiches puisse être imprimée entièrement sur une seule page.

**TOURNEZ VITE LA PAGE ET... BON APPETIT !**

---



## **QUICHE VERTE**



Une quiche végétarienne, parfumée et vitaminée, à déguster en entrée ou en plat complet avec une salade verte ou des carottes râpées.

Recette pour 4/6 Personnes.

Temps de Préparation : 25 Minutes.

Temps de Cuisson : 35 Minutes.

### ***Ingrédients :***

1 pâte brisée prête à l'emploi (ou faite maison)  
600 grammes de poireaux  
3 petites branches de céleri  
25 centilitres de crème liquide  
3 œufs  
1 cuiller à soupe de moutarde  
1 pointe de couteau de noix de muscade  
Sel et Poivre

### ***Préparation :***

Rincer les branches de céleri sous l'eau froide et les égoutter.  
Préparer les poireaux, les laver et les égoutter avant de les émincer.  
Détacher les feuilles de céleri des côtes et passer le tout sous l'eau froide puis les égoutter. Effiler les côtes puis les émincer. Ciseler finement les feuilles.  
Porter de l'eau salée à ébullition et y faire blanchir les poireaux et les côtes de céleri pendant 5 minutes. Les égoutter et les laisser tiédir un peu.  
Mettre le four à préchauffer à 200°C.  
Etaler la pâte brisée et la déposer dans un moule à tarte préalablement beurré ou recouvert de papier sulfurisé. La piquer délicatement avec une fourchette.  
Etaler la moutarde sur la pâte.  
Verser dessus les poireaux, les côtes de céleri ainsi que les feuilles.  
Dans un saladier, fouetter les œufs avec la crème, la muscade, le sel et le poivre. Verser cette préparation sur la tarte.  
Mettre dans le four pendant environ 30 minutes.

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

Pour une saveur plus intense, il est possible d'utiliser de la moutarde à l'ancienne.

## **AGNEAU AUX POIS CHICHES**



Rapide à préparer ce plat est nourrissant et tout en saveur grâce aux épices et aux fruits secs. La viande est moelleuse et légère.

Recette pour 4 Personnes.

Temps de Préparation : 20 Minutes.

Temps de Cuisson : 40 Minutes environ.

### ***Ingrédients :***

700 grammes de gigot d'agneau (sans os)  
250 grammes de pois chiches en boîte  
30 grammes d'amandes émondées  
2 oignons  
1 dose de safran (de préférence en pistils)  
1 cuiller à soupe de cannelle en poudre  
1 cuiller à soupe d'huile d'olive de préférence  
30 centilitres d'eau chaude  
Sel et Poivre

### ***Préparation :***

Peler les oignons et les émincer.  
Rincer les pois chiches et les égoutter.  
Enlever le gras de l'agneau puis le couper en dés ; les faire réguliers pour une cuisson uniforme.  
Dans une sauteuse ou un wok faire chauffer l'huile sur feu moyen.  
Y mettre ensuite les oignons et les laisser fondre et blondir pendant environ 5 minutes en remuant avec une cuiller en bois.  
Ajouter les dés d'agneau et les faire revenir de tous les côtés pendant 5 minutes.  
Incorporer la cannelle, le safran, le sel et le poivre. Remuer puis ajouter l'eau.  
Couvrir le récipient et poursuivre la cuisson la cuisson, à feu doux, pendant 20 minutes.  
Passé ce délai, incorporer les amandes et les pois chiches. Mélanger et cuire encore pendant 10 minutes.

### ***Présentation :***

Au moment de servir, il est possible de parsemer des pluches de coriandre, de cerfeuil ou de persil.

## **CHAUSSONS A LA BANANE**



Que ce soit en dessert ou au goûter, les chaussons à la banane sont un délice de douceur aux saveurs exotiques.

Recette pour 6 Personnes.

Temps de Préparation : 20 Minutes.

Temps de Cuisson : 5 Minutes par fournée.

### ***Ingrédients :***

6 bananes  
1 citron  
2 pâtes feuilletées prêtes à l'emploi  
60 grammes de noix de coco râpée  
30 grammes de raisins secs (blonds de préférence)  
30 grammes de sucre en poudre  
3 sachets de sucre vanillé  
1 cuiller à soupe de rhum  
Huile pour la friture

### ***Préparation :***

Faire tremper les raisins secs dans le rhum.

Presser le citron pour en récupérer 2 cuillers à soupe.

Mettre le jus de citron dans une assiette creuse, la noix de coco dans une deuxième et le sucre vanillé dans une troisième.

Eplucher les bananes, les couper en deux et les rouler dans le citron puis la noix de coco et terminer par le sucre vanillé.

Etaler une pâte feuilletée et découper dedans 6 ronds de taille un peu plus grande qu'une demi-banane. Faire de même avec la deuxième pâte.

Déposer une portion de banane que la partie supérieure d'un cercle de pâte. Mettre dessus quelques raisins secs. A l'aide d'un pinceau, humidifier les bords du cercle puis replier la pâte pour former un chausson. Bien appuyer sur les bords pour les souder. Faire de même avec les autres bananes.

Préparer l'huile de friture et la faire chauffer ; attention elle doit être bien chaude mais non fumante. Faire frire les chaussons pendant environ 5 minutes en les retournant à mi-cuisson. Attention, ils doivent être dorés mais pas brûlés.

Les sortir de la friture et les déposer sur une assiette recouverte de papier absorbant pour enlever l'excès de graisse. Il faut procéder en plusieurs fournées, selon la taille de la friteuse afin que les chaussons ne collent pas entre eux.

Les saupoudrer de sucre en poudre.

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

Il est possible d'utiliser des bananes naines, dans ce cas il en faut 12.

**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](#)

Les photos de cette newsletter ont été empruntées, outre homejardin, à :

<http://duventdanslesvoiles.com>

<http://www.geopleinair.com>

<http://lapinous.over-blog.com>

<http://antilles0news1.canalblog.com>

<http://umialtak.com/Accueil.php>

<http://antilles.empowernetwork.com>

<http://www.authentique-dominique.com>

<http://voyagesetperiples.over-blog.com>

Grand merci à ces différents sites pour leur travail et leur partage.

### **Retour au sommaire**

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