

# HOMEJARDIN - Newsletter N°76 – 31 JUIL. 2015

## SOMMAIRE

Bonjour  
En août au jardin  
Sur votre agenda d'août  
Une amie du jardinier  
Incomparable fraise  
Une pluie bien agréable  
La fin du mildiou ?  
Comment transporter les boutures  
L'outil du mois  
Le saviez-vous  
La carte postale du mois  
Les petites astuces qui changent le quotidien  
Sympa ce bambou  
Blanc de blanc ce lys  
Une plante indispensable à votre intérieur  
Un jardin nommé désir  
Les bonnes recettes de Tatie Gladys  
Abonnement/Désabonnement/Modifications

## BONJOUR



Bonnes vacances à tous les aoûtiers, que vous partiez ou pas profitez-en bien pour recharger les accus et faire des activités dont nous n'avons jamais le temps en cours d'année. Avec le mois d'août les festivités et animations dans les villes et les jardins continuent de plus belle. D'autant plus que c'est le mois des jardiniers, l'apothéose étant le 30 avec la célébration de la Saint Fiacre, le patron des maraîchers et des jardiniers. A cette occasion de multiples manifestations sont organisées un peu partout en France. Les plus traditionnelles sont des fêtes villageoises mais il est aussi ce jour-là possible de pénétrer dans de nombreux jardins publics comme privés.

## QUE FAIRE AU JARDIN CE MOIS-CI ?



Le mois d'août est bien souvent un mois de bilan ; c'est là, en pleine expansion de la végétation, que le jardinier découvre le résultat de ses plantations. Les parterres sont-ils bien organisés et fournis ; le nouveau potager est-il facile à gérer ; les nouvelles plantes se plaisent-elles ?

Autant de questions qu'il faut se poser pour continuer dans la lignée ou penser à rectifier les erreurs l'année prochaine.

2015 ne nous aura pas épargnés ; après un mois de juillet ultra-sec et relativement caniculaire, le bilan est catastrophique dans de nombreux jardins. Sans oublier que dans les jardins de ville des végétaux ont carrément été brûlés par la pollution.

Et avec le mois d'août d'autres dangers arrivent, puisque c'est le mois des orages. Même peu violentes les averses orageuses ont tendance à favoriser les maladies cryptogamiques.

Si quelques semis peuvent être effectués, ainsi que des bouturages, le nettoyage des massifs, la suppression des fleurs mortes, le travail au jardin est réduit.

Vive le farniente donc, profitons-en pour nous prélasser au soleil et faire le plein de vitamine D !

## VOTRE AGENDA D'AOÛT



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 !

## LAIDE MAIS Ô COMBIEN UTILE



Parmi les intrus qui déambulent dans le jardin, voire parfois même jusque dans la maison, il y en a un qui a vraiment tout pour déplaire, de son aspect physique jusqu'à son nom de Lithobie à Pincés.

De nom scientifique *Lithobius fortificatus*, la lithobie à pinces est un myriapode qui appartient à la classe des Chilopodes. C'est une espèce très commune en France.

Son aspect ? Son corps allongé est brun brillant et mesure 2 ou 3 centimètres de long. Elle possède quinze paires de pattes ce qui fait qu'elle se déplace très rapidement. A proximité de sa bouche elle présente ce que l'on nomme des forcipules, ce sont des sortes de crochets en forme de tenaille reliés à des glandes qui secrètent du venin.

Sa vie ? La lithobie est principalement active la nuit car elle n'aime pas la lumière, elle est lucifuge. Le jour elle se cache, surtout sous les pierres. Son nom de lithobie vient d'ailleurs de lithos qui signifie pierre. Mais elle se plaît également sous des feuilles ou à l'intérieur d'écorces d'arbres.

Que mange-t-elle ? Grâce à ses antennes (et non pas avec ses yeux) elle détecte ses proies qu'elle paralyse et tue de suite avec son venin. Elle est carnivore. Sa rapidité et sa dextérité lui permettent de s'attaquer à de nombreux parasites puisqu'elle grimpe même dans les arbres. Ses plats de prédilection sont les coléoptères, les larves et œufs, les araignées, les pucerons, les chenilles...

En conclusion, son aspect peu attirant ne doit pas faire oublier que c'est une alliée du jardinier qui fait partie des auxiliaires. Pour la protéger au jardin, il suffit de laisser quelques pierres, des petits tas d'écorces ou de paillis... en fait des endroits un peu frais où elle peut se cacher la journée.

## **ELLE EST LA REINE DES POTAGERS**



Un des fruits les plus cultivés, par les jardiniers amateurs, est la **fraise**. C'est en effet un fruit traditionnel des jardins qui a l'avantage de pouvoir aussi être cultivé en bac ou en suspension simplement sur un balcon.

Les fraises sauvages sont connues depuis des siècles et les Romains les utilisaient déjà tant dans l'alimentation que pour leurs propriétés en cosmétologie. Mais ce n'est qu'en 1714 que l'Europe découvre la "grosse" fraise, grâce à un explorateur et ingénieur du nom d'Amédée François Frézier qui en ramena des spécimens du Chili.

A noter que, botaniquement parlant, la fraise n'est pas un fruit mais une simple protubérance florale. Ce sont les petites graines, les akènes, répartis sur la surface de la fraise qui sont les fruits !

Mais, pour obtenir de beaux spécimens, il faut renouveler régulièrement sa fraiseraie. Les pieds ont en effet tendance à s'épuiser assez rapidement, il faut les changer tous les trois ou quatre ans. Bien sûr vous pouvez vous procurer des nouveaux plants en jardinerie mais, si vos fraisiers vous donnent satisfaction, il est facile de créer de nouveaux plants. Comme vous l'avez remarqué, les fraisiers émettent des longues tiges munies de rosettes de feuilles, ce sont les stolons. Pour créer des "bébés" fraisiers ce sont ces stolons que l'on marcotte. Attention, il ne faut pas vouloir être trop gourmand. On ne conserve que les deux premières rosettes les plus proches du pied mère, les autres sont trop chétives. Pour le marcottage rien de plus simple. Il suffit de mettre la rosette (le nœud qui apparaît sur le stolon) dans un godet de terreau. Attention il ne faut pas couper le stolon, le bébé doit rester attaché au pied mère. Au bout de quelques semaines, environ 3 ou 4, les rosettes sont bien enracinées, il convient alors de couper le filet qui les relie au pied mère.

Pensez également que les fraisiers épuisent énormément la terre et que, lorsqu'on arrache les vieux plants, il faut attendre quatre ans avant d'en replanter au même endroit.

La meilleure période pour renouveler la fraiseraie se situe entre septembre et octobre, il est donc temps de consulter les catalogues pour choisir vos variétés.

## UNE NUIT A LA BELLE ETOILE



Les 7, 8 et 9 août auront lieu les Nuits des Etoiles. Pour cette 25<sup>ème</sup> édition de la grande fête de l'astronomie, de nombreuses animations sont proposées un peu partout en France comme dans de nombreux autres pays.

Créée en 1991 la Nuit des Etoiles est l'occasion d'apprendre à regarder le ciel et à distinguer les étoiles. Les diverses manifestations permettent de rencontrer des astronomes, amateurs ou professionnels, qui nous expliquent le ciel avec passion et des mots simples.

La date varie légèrement tous les ans à quelques jours près, afin qu'elle corresponde à la période la plus propice pour admirer le passage des étoiles filantes, les Perséides.

Ah les étoiles filantes, elles font rêver... Depuis des siècles elles sont l'objet de grandes interrogations, et de nombreuses croyances et légendes y sont rattachées.

Mais au fait qu'est-ce qu'une étoile filante ? Tout d'abord ce n'est pas une étoile et en plus elle ne file pas. Et oui, le mythe est détruit mais le phénomène n'en est pas moins beau.

Sans entrer dans de grandes explications scientifiques une étoile filante est une poussière, un débris cosmique. Lorsqu'il pénètre dans l'atmosphère de la terre, il s'échauffe tellement qu'il brûle. En se consumant la poussière forme des traînées lumineuses dans le ciel, d'où le nom d'étoile filante.

C'est un phénomène fréquent qui se produit plusieurs fois dans l'année. Cependant les plus connues et les plus visibles sont celles des Perséides. Autrefois on les appelait les Larmes de Saint Laurent car elles étaient plus visibles le 10 août, jour où l'on fête les Laurent.

Alors pas besoin de matériel pour la nuit des étoiles. Allongez-vous simplement dans le transat du jardin ou sur le balcon et admirez le ciel. Si ce dernier n'est pas nuageux (ou couvert de pollution !) vous pourrez contempler les étoiles. Et n'oubliez pas de faire un vœu si vous voyez une étoile filante, selon la légende il sera obligatoirement exaucé !

## MILDIU, PEUT-ETRE UN PRODUIT MIRACLE



Tous ceux qui apprécient ne serait-ce qu'un pied, dans le jardin ou au balcon, appréhendent le pire ennemi de la tomate, le mildiou.

Cette maladie cryptogamique est une véritable terreur qui, bien que les variétés soient plus résistantes, a tendance à survenir de plus en plus fréquemment. Les jardiniers s'échangent régulièrement des astuces mais difficile de trouver un remède miracle.

Depuis quelques temps le nom d'un produit susceptible d'éradiquer la maladie se chuchote de jardin en jardin, c'est le **bicarbonate de soude**. Si ses qualités pour l'entretien de la maison ou la cuisine sont avérées depuis longtemps, il est peu usité au jardin.

Pourtant il semblerait que son action soit efficace pour lutter contre le mildiou en bloquant son développement. Par contre il faut agir en tout début d'attaque.

Attention cependant il faut être très prudent dans le dosage. En effet en surdosage il brûlerait le feuillage. De plus utilisé en trop grande quantité il peut aussi engendrer des carences en nutriments de la terre.

Il ne faut donc jamais dépasser 5 grammes de bicarbonate de soude pour un litre d'eau. Pour accroître l'efficacité et faciliter l'adhérence au feuillage il faut ajouter 3 cuillères à soupe d'huile végétale alimentaire.

Alors vraiment efficace ou pas ? Le débat reste encore ouvert car les tests se font depuis peu.

N'hésitez pas à nous faire part de vos expériences dans cette lutte contre cet ennemi redouté de tous.

## **BIEN VOYAGER AVEC DES BOUTURES**



Nous sommes tous pareils, nous apprécions de ramener de nos balades estivales des boutures. C'est également la période où ces dernières s'échangent facilement.

Mais tout d'abord qu'est-ce que le bouturage ? C'est une méthode de multiplication végétative des végétaux. Simple et économique, elle permet de reproduire de manière identique la plante-mère, donc avec ses qualités mais également ses défauts bien sûr. En prélevant une petite portion de tige, de branche ou une feuille, on obtient ainsi un "bébé" plante.

La majeure partie des végétaux peuvent être bouturés, comme les plantes vivaces, qu'elles soient d'intérieur et d'extérieur.

Attention quand même, s'il est relativement facile de réaliser un bouturage, il faut bien souvent de la patience et ne pas vouloir brûler les étapes.

Dans notre dossier concernant le **bouturage** vous trouverez la marche à suivre et de nombreux conseils pour le réussir.

Mais revenons à notre point de départ qui est que nous avons glané ici et là des boutures (attention nous ne parlons que de la France Métropolitaine car pour les passages des frontières les autorisations dépendent des espèces végétales et des pays). Le grand problème qui se pose désormais est comment faire pour les transporter sans dégâts.

Plusieurs astuces permettent de les conserver le temps du voyage. La plus classique est de mettre la bouture dans une bouteille en plastique. Si elle a beaucoup de feuilles, ce n'est pas la peine de mettre de l'eau ; une fois la bouteille refermée la transpiration des feuilles apportera de l'humidité.

Pour un petit trajet les tiges des boutures peuvent être enveloppées dans du papier absorbant bien humide ; le bas est ensuite entouré avec du papier aluminium pour conserver l'humidité.

L'astuce la plus surprenante est la pomme de terre. C'est très efficace avec les boutures de tiges semi-aoûtées ou aoûtées. Il suffit de faire un trou dans la pomme de terre et de piquer la bouture dedans. Une amie jardinière voyageuse utilise également une courgette. L'humidité du légume permet de bien conserver la fraîcheur et l'humidité.

## L'OUTIL DU MOIS



Ce mois-ci parlons d'un outil de jardin, hélas relativement peu usité de nos jours, mais qui rend pourtant bien des services.

C'est la "serpette" également appelée "serpe italienne".

Comment est-elle faite ? Comme son nom l'indique c'est une petite serpe. Elle ressemble à un couteau (certains modèles étant repliables) sauf que sa lame est recourbée. Le côté tranchant est sur l'intérieur ; elle doit d'ailleurs être utilisée avec prudence car elle est bien aiguisée. Elle nécessite peu d'entretien, il faut cependant penser comme toujours avant de la ranger, à nettoyer et sécher la lame.

A quoi sert-elle ? Elle permet de couper facilement des petits branchages ou des tiges un peu dures et pour effectuer certains greffages. Bon nombre de jardiniers s'en servent également pour récolter des fruits et des légumes ou couper des fleurs fanées ou fraîches.

Ceux d'entre vous qui lisent notre almanach quotidien savent que nous faisons référence au calendrier républicain. Dans ce dernier, le jour de la serpette est le 8 février.

## LE SAVIEZ-VOUS ?



Vous avez certainement déjà remarqué que, lorsqu'on épluche un avocat, une poire ou une pomme, ces fruits deviennent marron. Mais savez-vous pourquoi ?

Quand on enlève leur peau (ou lorsqu'on croque dedans) on abîme une membrane qui empêche une enzyme (la polyphénoloxydase) d'interagir contre l'oxygène avec les autres composés chimiques des fruits.

C'est donc l'interaction entre l'enzyme et l'oxygène qui forme un pigment brun que l'on nomme mélanine.

La rapidité du brunissement dépend également du fruit. S'il est acide il

brunit moins vite.

Pour pallier à ce problème il faut verser sur les fruits coupés un filet de citron ou d'orange.

Pourquoi ? Parce que ces agrumes renferment un antioxydant naturel.

## LA CARTE POSTALE DU MOIS

Ce mois-ci encore un jardin botanique extraordinaire. Vos retours nous laissent à penser que cette "série" vous captive vraiment et nous en sommes ravis.



Allons nous promener au Jardin Botanique Meise, appelé auparavant Jardin Botanique National de Belgique. Il est situé dans la ville de Meise à une petite dizaine de kilomètres de Bruxelles.

Après plusieurs déménagements, il s'installe définitivement dans le domaine du Château de Bouchout et occupe 92 hectares.

De renommée mondiale, il renferme de véritables trésors avec ses 18000 espèces et variétés de plantes. Plus de la moitié de cette collection est installée dans des serres. Ce jardin est en effet un des plus grands complexes de serres européens. Appelé le Palais des Plantes il comprend treize serres et s'étend sur une surface d'un hectare. Chaque serre reconstitue un écosystème et un climat précis permettant ainsi d'accueillir des végétaux du monde entier.

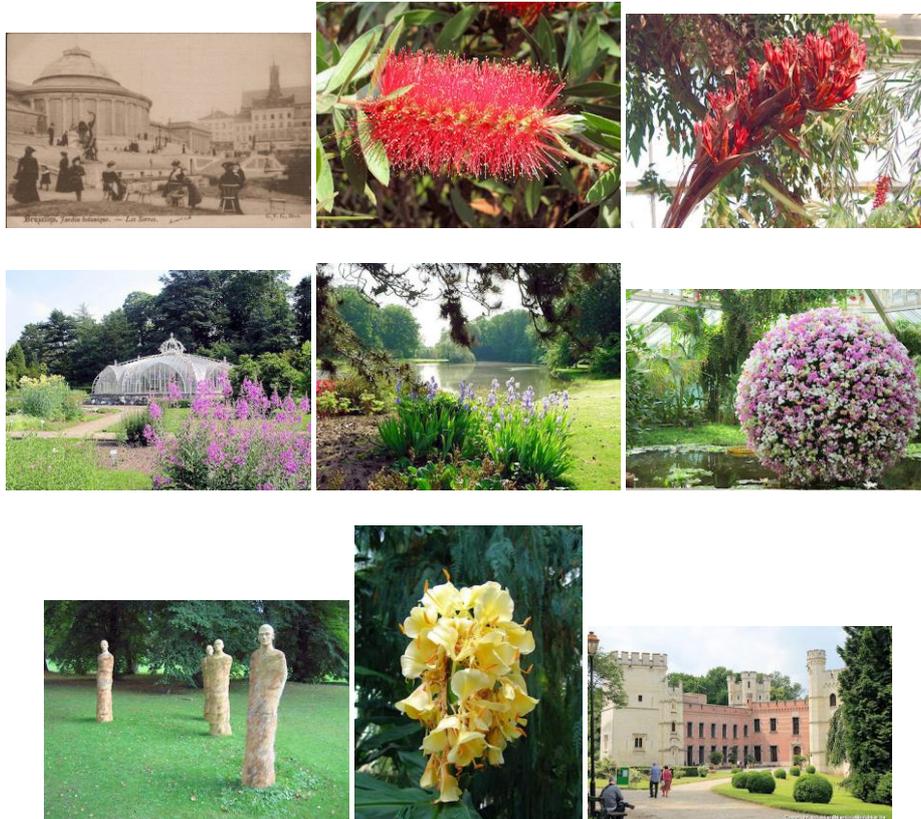
On peut ainsi passer de la serre de la "forêt tropicale humide" à la "serre des déserts". Et que dire de la "Forêt tropicale des nuages" ? Sous ce nom féérique se cache la serre qui renferme principalement des orchidées et des fuchsias ; ce ne sont que des espèces spéciales qui sont habituées à vivre dans les montagnes tropicales, en haute altitude au-dessus des nuages, d'où son nom.

C'est également un grand centre de conservation de la biodiversité et de recherche botanique. On y découvre par exemple un herbier de pas loin de 4 millions d'espèces végétales.

La bibliothèque est plus que riche puisqu'elle renferme environ 60000 ouvrages ainsi que 10000 revues de botanique. Les botanistes du monde entier peuvent les consulter à loisir et échanger leurs points de vue et expériences.

Outre des plantes extraordinaires, vous trouverez également des végétaux plus "classiques" comme des plantes médicinales, des magnolias, des azalées, des érables du Japon, des conifères...

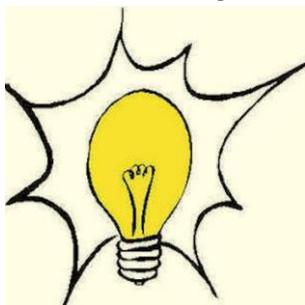
Dans tous les coins et les recoins la balade est fabuleuse, et l'art, permanent ou éphémère, est toujours présent.





## LES PETITES ASTUCES QUI CHANGENT TOUT

On parle souvent de badigeonner les plaies de taille ou autres blessures des arbres avec du mastic cicatrisant ou du goudron de pin. Les jardiniers les plus aguerris ont également une méthode très efficace et simple pour protéger les plaies et stopper l'écoulement de sève ou de résine. Il suffit de badigeonner les blessures avec de la cire d'abeille fondue.



Vous avez des couteaux sans dents qui coupent mal ? Vous n'avez pas de fusil ou de pierre à affûter ? Pas de problème frottez la lame du couteau sur le bord d'un pot en terre cuite. Agissez bien à plat et toujours dans le même sens. La lame redeviendra comme neuve.

## INDIQUE TOUJOURS LE SENS DU VENT



Parmi les nombreuses espèces de bambous s'il y en a un qui mérite d'être installé au jardin ou sur la terrasse, c'est bien le **Bambou Parapluie**.

De nom latin *Fargesia* ou *Sinarundinaria murielae*, il appartient à la famille des Poacées.

Originaire de Chine, il présente de nombreux avantages. Le plus important est qu'il est non traçant, c'est-à-dire qu'il n'est pas envahissant. Ensuite il est décoratif toute l'année avec ses cannes bien souples qui ondulent délicatement avec le vent. De plus, ce qui ne gêne rien, il est facile de culture.

Mais au fait pourquoi ce nom ? Simplement parce que son port est pleureur, bien qu'il soit dense et buissonnant.

## UN BLANC IMMACULE AU JARDIN



Vous souhaitez des fleurs d'un blanc extra pur ? Alors adoptez le **Lis de la Madone**. Il porte de nombreux autres noms selon les régions, comme "Lis (ou lys) Blanc", "Lis (ou lys) Candide", "Lis (ou lys) de Saint Antoine", "Lis (ou lys) de la Saint Jean" et "Rose de Junon".

De nom latin *Lilium candidum* il appartient à la famille des Liliacées.

C'est un lis botanique ancien et traditionnel qui mérite vraiment d'être cultivé. Ses fleurs sont tellement pures qu'elles entrent souvent dans la composition des plus raffinés bouquets de mariées.

Et surtout n'oubliez pas de faire un tour au jardin en fin de journée, c'est à ce moment que les fleurs exhalent plus intensément leur parfum.

## **VOTRE INTERIEUR N'ATTEND QUE LUI**

Pour une petite plante d'intérieur qui pousse sans trop de difficulté, adoptez le **Fittonia**. De même nom latin il appartient à la famille des Acanthacées.

C'est une petite plante rampante toute mignonnette avec des feuilles qui ont des nervures colorées.



Il se plait partout dans la maison et est également parfaitement adapté à des cultures "spéciales". Ainsi il est du plus bel effet dans un jardin, un bocal, un terrarium, et est une des plantes phare du **kokedama**.

Pour l'anecdote, le genre Fittonia est dédié à Sarah et Elisabeth Fitton. Ces deux sœurs botanistes ont publié plusieurs ouvrages sur les végétaux.

## **UN JARDIN NOMME DESIR (Episode 3)**

**Il y a déjà deux mois nous avons fait connaissance de Silvamme qui nous propose de la suivre dans la conception et la réalisation de ses propres jardins.**

**Avec humour et délicatesse elle nous entraîne pas à pas dans ses allées, un moment de pur bonheur.**

**Aujourd'hui le troisième épisode où nous allons voir que réaliser un jardin d'épices n'est pas si simple que ça.**

**Tournez vite la page et laissez-vous transporter !**

*Le jardin d'aromates dont j'avais rêvé faillit bien ne pas exister. A cette occasion, une fois de plus, nous avons été confrontés à un vendeur jouant au ping pong avec les mots à défaut d'avoir une parole fiable.*

*Il nous fallait 160 pieds de petits buis. Le premier pépiniériste consulté n'en avait pas et ne souhaitait pas nous en fournir. Le second nous montra des plants autres que du buis mais accepta d'en faire la commande me proposant de téléphoner pour avoir la réponse. La veille j'avais regardé sur internet les différentes sortes de buis qui se nommaient « Buxus ceci », « Buxus cela », mais toujours Buxus, terme latin botanique du buis. Or le nom qu'avait donné le professionnel m'alerta après coup me semblant n'avoir pas de sonorité commune avec buxus.*

*Au téléphone comme il me confirmait pouvoir me satisfaire je lui posai la question :*

- « Ce sont bien des buis que vous commandez et pas autre chose ? Quel nom réel ont-ils ? »

- « Ben...Ce sont des fusains mais ça revient au même, vous pourrez les tailler exactement comme les buis. »

*Des pros existent aimant leur métier et le suivant nous dit :*

- « Je vous commande les mêmes buis qu'au jardin de Versailles, ce sont ceux qui conviennent le mieux avec de petites feuilles. » et il nous fit un prix,



*Je savais que les buis se taillent 2 fois par an. Quelques années plus tard c'est mon dos qui connaissait intimement ce que mon intellect avait pris pour un détail. Aucun regret néanmoins et c'était réel plaisir de cueillir thym, menthe, persil, oseille, ciboulette etc et faire 3 récoltes de verveine par an.*

*Mon jardin d'aromates me plaisait mais il me fallait l'intégrer dans l'ensemble. Se situant aux 2/3 de la partie droite en limite de la pelouse, je choisis de faire un rappel de buis à l'opposé, sur la partie gauche du terrain. Comme à droite, mais à l'avant, ils soulignaient la pelouse et, de chaque côté, encadraient en s'arrondissant 2 pieds de lavandula dentata plus difficiles à conserver que lavande ou lavandin classique.*

Espace convivial au bout du mur favorisé par un grillage.



*Buis... plus fournis 3 ans après. Soulignant la lavande anglaise.*

*L'acheteur de cette maison, le premier à l'avoir visitée, qui avait tout autant craqué pour le jardin, s'est empressé d'arracher les buis ci-dessus ; c'était son droit. Ce clin d'œil me paraissant nécessaire à l'équilibre du jardin lui était sans doute resté totalement hermétique. (... à suivre)*

## LES BONNES RECETTES DE TATIE GLADYS

### COURGETTES MARINEES



La marinade apporte une saveur inattendue aux courgettes. Les courgettes marinées font une alliance parfaite avec les poissons grillés.

Recette pour 4 Personnes.

Temps de Préparation : 25 Minutes.

Temps de Cuisson : 5 Minutes.

Temps de Macération : 1 Heure au réfrigérateur.

#### ***Ingrédients :***

3 courgettes de taille moyenne  
1 citron vert non traité  
1 gousse d'ail  
1 oignon rouge  
6 cuillers à soupe d'huile d'olive  
3 cuillers à soupe de vin blanc  
Quelques brins d'estragon  
Sel et Poivre

#### ***Préparation :***

Eplucher l'oignon et l'émincer finement.

Eplucher l'ail et l'écraser.

Laver l'estragon et le ciseler de manière à en obtenir l'équivalent de 3 cuillers à soupe.

Laver le citron. Râper finement le zeste. Prélever le jus et le mettre de côté.

Laver les courgettes sans enlever la peau. Enlever les deux extrémités et couper les courgettes en tranches dans le sens de la longueur. Les tranches doivent faire environ 2 centimètres d'épaisseur.

Détailler ensuite ces tranches en bâtonnets d'environ 5 centimètres de long et de 2 ou 3 millimètres de large.

Mettre dans un saladier le vin blanc, le jus de citron, le zeste, le sel et le poivre. Remuer le tout en émulsionnant légèrement avec l'huile.

Ajouter ensuite les bâtonnets de courgette, l'ail, l'oignon et l'estragon en mélangeant bien.

Couvrir le saladier et entreposer au réfrigérateur pendant une heure. Pendant ce temps de macération, penser à remuer de temps en temps.

Passé ce délai, faire chauffer une sauteuse et y verser la préparation.

Sans cesser de remuer, cuire les courgettes pendant 5 minutes.

Servir aussitôt.

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

## **BROCHETTES DE BOEUF**



Traditionnelles des repas estivaux, les brochettes remportent toujours un vif succès.

Elles peuvent se déguster seules ou avec des pommes de terre, du riz (chaud ou en salade) ou simplement une salade de jeunes pousses.

Recette pour 4 Personnes.

Temps de Préparation : 30 Minutes.

Temps de Cuisson : 10 minutes environ.

Temps de Macération : 30 Minutes.

### ***Ingrédients :***

600 grammes de bœuf (de préférence du filet)

24 tomates cerise

4 oignons de petite taille

3 courgettes de petite taille

1 citron

3 cuillers à soupe d'huile d'olive

2 cuillers à soupe d'herbes de Provence

Sel et Poivre

### ***Matériel :***

Les brochettes se cuisent au barbecue ou au gril du four.

### ***Préparation :***

Couper le bœuf en cubes (pour un bon équilibre il faut compter 24 cubes)

Presser le citron et mettre le jus de côté.

Laver les courgettes sans enlever la peau et les essuyer. Les couper en environ huit rondelles chacune.

Eplucher les oignons et les couper en 4.

Laver et égoutter les tomates cerise.

Dans un saladier mélanger les herbes, le poivre, l'huile et le jus de citron. Incorporer les cubes de viande. Laisser mariner pendant trente minutes en remuant de temps en temps pour que la viande s'imprègne bien de la marinade.

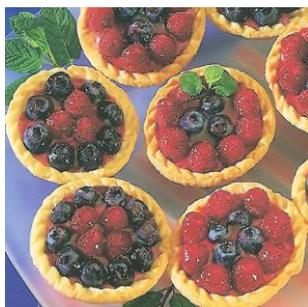
Passé ce délai, égoutter les cubes de viande. Attention il ne faut pas jeter la marinade mais la mettre de côté.

Préparer les brochettes en alternant cubes de viandes, courgettes, oignons et tomates cerises (entières).

Faire griller les brochettes en les retournant et en arrosant régulièrement avec la marinade. Pour le temps de cuisson, il faut compter environ 8 minutes, mais tout dépend du mode de cuisson et du goût de chacun (viande plus ou moins saignante).

Saler seulement au moment de servir.

## **TARTELETTES EN ROUGE ET NOIR**



Les framboises et les cassis se marient bien dans ces petites tartelettes simples à réaliser.

Elles peuvent également être accompagnées d'une boule de glace, à la vanille de préférence pour ne pas "casser" le goût des fruits.

Recette pour 8 Personnes.

Temps de Préparation : 20 Minutes.

Temps de Cuisson : 18 Minutes environ.

### ***Ingrédients :***

400 grammes de pâte brisée (prête à l'emploi ou faite maison)

220 grammes de fromage blanc

200 grammes de sucre en poudre

50 grammes de cassis

50 grammes de framboises

3 cuillers à soupe de confiture de framboises

### ***Ingrédients :***

Moules à tartelettes antiadhésifs de préférence

### ***Préparation :***

Faire préchauffer le four à 210°C (Thermostat 7).

Etaler finement la pâte brisée. Pour découper correctement les tartelettes, prendre un moule retourné et couper 8 ronds dans la pâte en faisant attention d'ajouter un rebord de 2 centimètres.

Mettre la pâte dans les moules. A l'aide d'une fourchette piquer le fond de chaque tartelette.

Mettre au four pendant environ 18 minutes. Démouler de suite les tartelettes et les laisser refroidir.

Dans un saladier fouetter le fromage blanc et le sucre pendant une minute.

Verser cette préparation dans les tartelettes (attention elles doivent être froides).

Répartir dessus les fruits.

Mettre la confiture dans un bol et la faire légèrement tiédir au micro-ondes. Napper ensuite les tartelettes avec.

Laisser refroidir avant de servir.

## **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://lessentiel-plaisir.fr/cadre-de-vie/semaine-de-lenvironnement-4449.html>

<http://www.opinel.com>

<https://pixabay.com/fr/>

<http://www.7sur7.be>

<http://www.elle.be>

<https://fr.wikipedia.org>

<http://www.bernard-meurice.be>

<http://www.mytho-fleurs.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.