

Retour sur les mercredis au jardin avec les ateliers Eco'logiques

## Atelier 5- Biodiversité au jardin

1

L'atelier s'est lancé autour d'une observation guidée du jardin nous invitant à scruter notre environnement pour dénicher : 5 couleurs, 5 nuances, 5 formes, 5 textures et 5 feuilles... Sur une planche agrémentée de scotch double face, les jardiniers composent leur palette de milieu au sein du jardin ... les éléments qui ne peuvent être cueillis sont inscrits sur la feuille.



2

L'expérience est réitérée à la recherche des petites « bêtes » du jardin, peu nombreuses en raison de la chaleur et de la sécheresse perdurant ces dernières semaines. Une guêpe, quelques lombrics, un cloporte et une araignée sont néanmoins mis en boîte le temps d'une observation.

C'est l'occasion de refaire le point sur le rôle des insectes du jardin, la guêpe de la famille des hyménoptères, participe activement à la pollinisation au même titre que les abeilles de la même famille ou les papillons... chacune de ces familles joue un rôle dans le cycle biologique, la mouche est un excellent décomposeur de matière organique, d'autres participent à l'aération du sol (fourmis par exemple) tous ont un rôle à jouer dans la chaîne alimentaire ou le cycle de vie des espèces, ou des plantes... les insectes servent aussi de nourriture aux oiseaux (mésanges et les chenilles), aux chauve-souris...

3

Afin de rebooster la biodiversité au jardin, plusieurs ateliers sont alors initiés :

1) Le nichoir à mésange bleue (trou de diamètre de 26 mm) est enduit d'huile de lin à l'intérieur comme à l'extérieur afin de protéger le bois pour plus de longévité.





2) L'hôtel à insectes a perdu en garniture au fil des saisons l'occasion de l'étoffer un peu afin de favoriser la venue des abeilles solitaires, des perce-oreilles (forficules) ainsi que des coccinelles qui contrairement à ce que l'on croit vivent 2 à 3 ans et hibernent !

Une boue est réalisée dans un mélange de terre et d'eau, maintenue dans la case par une armature de branche, elle servira à boucher les trous des buches percées dans lesquels les abeilles solitaires pondent leurs œufs.

Un abri à perce-oreilles est conçu dans un pot de terre rempli de paille et suspendu dans la case



Les ardoises sont remplacées verticalement avec une alternance de carton permettant d'isoler l'abri à coccinelle du froid l'hiver alors que les ardoises vont emmagasiner la chaleur

Dans nos jardins, l'hôtel à insectes est amené à se déplacer pour répondre au développement de certains ravageurs... l'invasion de pucerons peut être enrayée en apportant à proximité du rosier ou du fenouil les coccinelles logées dans l'hôtel...



3) Le nichoir à mésange bleue, sera suspendu à une branche du magnolia, avec une sortie orientée est ou sud-est favorisant son adoption. Et surtout à l'abri des vents dominants.



« Parce que ce qui s'accorde bien dans l'assiette s'accorde bien au potager » ... Il nous a fallu le vérifier !

L'atelier, comme la première session des ateliers de jardinage écologique, se sont achevés sur une touche gourmande autour du partage de délicieuses préparations végétales, fruits, légumes du jardin, infusions d'aromate... un régal. Ce fut l'occasion également d'échanger sur cette programmation et d'entrevoir les perspectives autour de cette belle dynamique de groupe créée au fil des mois.

Comme promis... partage de recette dans les pages suivantes ! A vos fourneaux et n'hésitez pas à partager vos nouvelles recettes et les photos de vos jardins en évolution ; belle saison à tous.

Camille & Lucie



## Les Recettes

### Les biscuits aux courgettes de Paulette :



Recette par: [Rose madeleine - BISCUITS AUX COURGETTE](#)  
Merci de visiter le site de l'auteur si vous aimez sa recette



**PRÉPARATION**  
10 Min



**CUISSON**  
12 Min



**TOTAL**  
22 Min



**RENDEMENT**  
15 à 18 Biscuits

### Ingrédients:


Pour réaliser cette Recette, vous aurez besoin des ingrédients suivants:

- 1 tasse de courgettes râpées le plus finement possible
- 1/2 tasse d'huile végétale
- 1 cuillère à café de vanille
- 2 tasses de farine tout usage
- 1 tasse de sucre brun
- 1 cuillère à café de poudre à pâte (levure chimique)
- 1 cuillère à café de bicarbonate de soude
- 1/2 cuillère à café de sel
- 1 cuillère à café de cannelle
- 1/2 cuillère à café de gingembre
- 1/4 cuillère à café muscade
- 3/4 tasse de noix grillées
- 1 tasse de raisins de corinthe

*Secret de Paulette :*  
Mettre uniquement la moitié du sucre indiqué  
Laisser reposer la pâte environ 1h  
Thermostat à 190 °C au lieu des 350° (F ?) annoncés

### Instructions:



- 
- Préchauffer le four à 350 degrés. Mettre une feuille de papier parchemin sur une plaque à biscuits.
  - Ajouter le mélange humide aux ingrédients secs et mélanger jusqu'à formation d'une pâte homogène.
  - Incorporer les noix et les raisins secs. La pâte sera très humide.
  - Déposer des boules de pâte sur la plaque en les espaçant de 5 cm entre eux.
  - Avec une main enfarinée, appuyer légèrement sur les biscuits et cuire au four de 12 à 15 minutes.



### Apéro tartinable de Camille :

1 pot de fromage frais Mme Loïc dans lequel vous incorporez les herbes du jardin de votre souhait (ciboulette, civette, tiges d'ail, thym, échalotes...) petite décoration une fois tartinée : disposer une petite fleur de bourrache.



### Infusion aux aromatiques :

Plonger vos herbes aromatiques dans un bocal d'eau froide et laisser infuser au moins 24h au réfrigérateur. Les potions testées étaient : l'infusion de menthe, de romarin et de thym.



## Courgettes apéro au curry de Christelle :

Courgettes au curry - Apéro -

1<sup>er</sup> jour : Ingrédients -

- 3 Kg courgettes épluchées coupées en morceaux
- 3 Oignons coupés en morceaux -
- 1 poivron rouge épicé coupé en morceaux
- 100 gr de gros sel

Mélanger le tout dans un grand récipient en cuir et mettre au frais une journée

2<sup>e</sup> jour : Egoutter, bien rincer -

Faire un sirop avec

- 600 ml vinaigre blanc
- 600 ml d'eau
- ~~600g~~ 500g de sucre
- 1 cuillère à café de Curry
- 2 " " de grains de poivre -
- 2 " " de graines de moutarde -

Cuire le sirop quelques minutes -

Remettre les courgettes dans le récipient -

versez le sirop chaud, couvrir et remettre au frais -

3<sup>e</sup> jour

Faire chauffer le tout une dizaine de min

Remplir les bocaux à confiture -

Fermer à chaud et retourner les pots



## **Brownie chocolat courgette (sans beurre, sans œuf) :**



*Brownie à la courgette (vegan)*

Ingrédients pour un moule carré de 20 cm max

- 220 g de farine
- 150 g de sucre ← Réalisé avec 75 g de muscovado (sucre non raffiné) à la place du sucre classique
- 30 g de cacao non sucré
- 3 g ou 1/2 petite cuillère de bicarbonate de soude
- 1 pincée de sel
- 90 g d'huile végétale neutre (ici huile d'olive)
- 1 courgette de taille moyenne (environ 250 g râpée)
- du chocolat noir et quelques noix pour le topping ← Pistaches concassées sur le nappage chocolat noir 70%

Préchauffer le four à 180°C.

Dans un bol, mesurer la farine le sucre, le cacao, le bicarbonate et le sel. Verser l'huile et mélanger à l'aide d'une fourchette jusqu'à obtenir une texture sableuse. Râper/mixer finement la courgette, l'incorporer à l'aide d'une spatule, et ajouter un peu d'eau (surtout si la courgette n'en contient pas). La pâte obtenue doit être homogène. Transvaser dans un moule et cuire 20 minutes pour un fondant ou 25 minutes pour un moelleux.

Facultatif : décorer avec du chocolat noir fondu et des noix (ici noix de pécan) légèrement torréfiées. Laisser refroidir et déguster.

