

Recette

Courgette aux curry

Premier jour:

Prendre des grosses courgettes, couper en 2, enlever les graines, puis détailler en bâtonnets de 1cm x 5 cm. Remplir une grande passoire, en ajoutant 1 à 2 gros oignons par courgette, coupés en lamelles et en salant entre chaque couche. Laisser reposer 24 heures.

Deuxième jour: Rincer et essorer un peu. Faire bouillir 0,5 l d'eau et 0,5 l de vinaigre (blanc ou de cidre), ajouter 3 c à c de grains de poivre, 3 c à c de bon curry épicié, graines de moutarde ou coriandre, avec 100 gr de sucre. Rajouter les courgettes, faire cuire 7 minutes, puis laisser reposer un peu. Mettre dans des pots ou bocaux. Bonne idée de cadeau !!!

L'Observatoire des Papillons des Jardins :

Cherchez les papillons dans les jardins,

identifiez-les et transmettez vos observations

aux scientifiques via internet (www.noeconservation.org). Sur le même principe, il existe aussi l'Observatoire des bourdons (www.observatoire-des-bourdons.fr). Vous verrez c'est pas compliqué !

APPEL

Contact

Portes ouvertes au jardin pédagogique

Jeu- di 3 juillet de 17 à 21 h

Le jardin est situé à l'EHPAD ST Vincent de Paul aux Essarts

Association LIBERA VERDA

1 rue du Pijouit
85140 LES ESSARTS

06.26.23.72.66

liberverda@no-log.org

Blog :

liberaverda.canalblog.com

Si vous souhaitez :

- recevoir la feuille d'informations de Libera Verda
- faire une donation de soutien (prix libre)
- recevoir de l'information sur l'association
- adhérer : mini 5€ ou autres...

N'hésitez pas à prendre contact !



FEUILLE D'INFORMATIONS



LIBERA VERDA N° 64
- Juillet 2014 -

Bonjour la Planète !

Bonjour

Ce mois ci un petit détour sur l'utilité vitale des insectes dans nos vies et aussi au jardin. Venez nous voir à notre porte ouverte le 3 juillet pour observer et comprendre comment nous mettons en forme un jardinage symbiotique autant que possible. Nous espérons que nos infos et conseils vous soient utiles. Nous ça nous fait plaisir de transmettre et de faire plaisir. Agissons quotidiennement pour l'avènement d'un monde viable socialement et écologiquement. Vive la vie Libera verda

Trucs & Astuces

- Soulager un coup de soleil
- Cataplasme de yaourt : laisser 15 minutes une couche de yaourt dessus
- Cataplasme d'argile : laisser 2 heures une couche d'argile verte
- Passer du gel d'aloé vera
- Appliquer des tranches de concombre et/ou de tomates
- Passer du jus de pomme de terre
- Boire beaucoup d'eau
Le plus efficace étant d'éviter les coups de soleil. Prenez soin de vous mais pas au dépend de votre santé

RDV

Samedi 5 juillet :
les aromatiques et les comestibles sauvages
de 10 h 30 à 12 h

Samedi 5 juillet : des bêtes dans le jardin. Découverte et observation des habitants du Jardin. Visite des Gîtes du jardin
De 14 h à 15 h 30

Les 2 ateliers se feront au jardin pédagogique aux Essarts