



Le CANARD d'ICARE

Mercredi 21 juin et
vendredi 23 juin
2017 Semaine 25 JI/JTR

« Appel à récup' »

Tel est le nom de notre nouvelle rubrique que nous vous proposerons chaque semaine dans le « canard d'Icare ». Objectif : **renforcer nos actions pour une consommation alternative.**

Depuis toujours Icare met en place une économie circulaire, c'est -à-dire :

- limite ses achats en neuf, réutilise ou transforme, en collaboration avec Emmaüs, Défi, la banque de l'objet...

- lutte contre le gaspillage : ce dont on a besoin ni plus ni moins

et ainsi préserve l'environnement.

Pour aller plus loin nous voulons vous associer à notre cercle de la récup' : Ne jeter plus, nous en avons peut-être besoin !?

Les objets doivent être en bon état de fonctionnement.

Cette semaine, notre appel à récup' pour :



des torchons



cafetières



cocotte-minute

Un français produit en moyenne
390 kg de déchets par an



C'est facile de faire moins ! >



Vous avez cela ? Alors contacter Isabelle par mail : jardins.icare@hrnet.fr ou téléphone : 03.89.66.19.99 pour voir ensemble comment le don peut se récupérer. Au fil des semaines, nous reconduirons notre demande tant que les besoins ne seront pas atteints. Solidairement !

L'équipe d'Icare



PETITION : L'Europe

ne doit pas réduire l'ambition du label "bio"

Ensemble on va plus loin" aidez-nous à défendre nos convictions en signant la pétition en ligne.

<http://labioendanger.agirpourenvironnement.org/>

Cette semaine dans vos paniers, vous trouverez,
(Sous réserve de modifications de dernière minute)

Grand panier

2 salades	2,50 €
1 botte de radis	2,00 €
1kg de courgettes	3,00 €
1 chou d'été	2,20 €
1 concombre	1,50 €
1 botte d'oignons cébette	2,00 €
Prix total du panier	13,20 €

Petit panier

1 salade	1,25 €
1 bouquet de persil	1,10 €
600g de carottes	1,95 €
600g de fenouil	2,00 €
600f de betteraves	2,00 €
Prix total du panier	8,30 €

Produits d'origine France - Catégorie II

Issus de l'agriculture biologique

Certifié par ECOCERT

FR-BIO-01

Agriculture France



Gaspacho courgettes menthe

Ingrédients pour 6 personnes :

1 gousse d'ail, huile d'olive, 1/2 à cuillère café de curcuma, 1/2 cuillère à café de cumin, 4 petits oignons frais, 8 branches de menthe, 1kg de courgettes.

Préparation :

Peler et hacher les oignons. Faire chauffer un fond d'huile dans une grande casserole et y faire fondre les oignons pendant quelques minutes. Ajouter les épices, les courgettes non pelées, taillées en dés et l'ail. Verser un litre d'eau bouillante. Couvrir et laisser cuire 15 minutes sur feu moyen. Prélever un peu de bouillon dans la casserole et le conserver. Ajouter les feuilles de menthe fraîche. Mixer eu mixeur plongeant. Rajouter un peu de bouillon si nécessaire pour obtenir la consistance souhaitée. Saler et poivrer en goûtant. Laisser refroidir et placer au frigo pour au moins deux heures.



Les Jardins d'ICARE 3 rue des Daims 68780 SENTHEIM

Les Jardins du Trèfle Rouge 30 A rue de Raedersheim 68190 UNGERSHEIM

CHANTIER D'INSERTION

<http://icare.reseaucocagne.asso.fr>

☎ 03 89 66 19 99 jardins.icare@hrnet.fr

☎ 03 89 56 50 69

