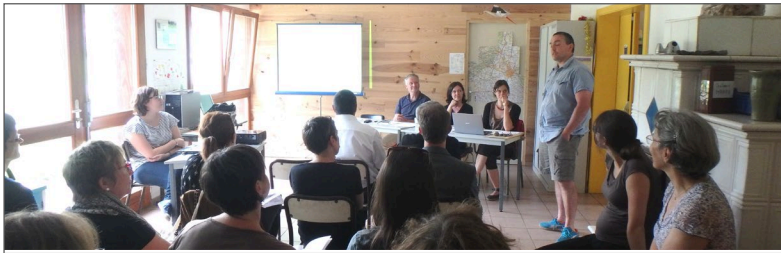


Le canard d'Icare

Mercredi 5 et Vendredi 7 juin / Semaine 23.2019 (J1 / JTR)



INVITATION ASSEMBLEE GENERALE ORDINAIRE 2019

Cher(es) adhérent(e)s,

Nous avons le plaisir de vous inviter à participer à l'**Assemblée Générale Ordinaire annuelle** de l'Association Icare, qui se tiendra **Jeudi 13 juin 2019 à 17h00** dans nos locaux situés à **Sentheim, 3 rue des daims**.

Ordre du jour :

- Ouverture de l'Assemblée Générale
- Approbation du procès-verbal de l'Assemblée Générale Ordinaire du 14 juin 2018
- Rapport moral du Président
- Approbation du rapport d'activités
- Approbation du rapport financier du Trésorier, affectation du résultat
- Rapport du Commissaire aux Comptes
- Approbation des cotisations
- Election du Conseil d'Administration
- Perspectives
- Budget prévisionnel 2019
- Points divers

Eric Ausilio, Président

Connaissez-vous le défi « Au boulot, j'y vais à vélo ! » ?

Cela consiste à comptabiliser les kilomètres parcourus à vélo par les salariés, de leur domicile à leur lieu de travail, du 3 au 16 juin, pour une bonne cause ! Le nombre de kilomètres parcourus est converti en dotation financière à raison de 0,05 € / km.

Pour cette édition 2019, la dotation - d'un montant maximal de 5000 euros - sera reversée à l'association Theo2 « Ton Handicap Ensemble On l'Oublie », qui a pour objectif de proposer aux personnes en situation de handicap moteur, mental et/ou sensoriel des activités de pleine nature par le biais d'engins adaptés, et de leur permettre de vivre cette aventure entourée de leurs proches.

En 2018, les 20 salariés de l'Association Icare engagés dans le défi ont parcouru 484,3 kms pour un cumul de 81 jours pédalés. Objectif 2019 : continuer à faire comprendre qu'il est possible de se déplacer de manière plus « écolonome » et tenter de franchir la barre des 500 km !

Plus d'infos sur le site defi-ivyais.fr et sur la page facebook [defivealoalsace](https://www.facebook.com/defivealoalsace)

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

GRAND PANIER et GRAND PANIER PLUS

1 botte de Carottes
1 Chou-fleur
350 gr de Courgettes primeur - la/les première.s de la saison ou 400 gr de Navets ou 500 gr de Betteraves
1 bouquet de Persil plat ou frisé
200 gr de Pleurotes ou de Shiitakes
650 gr de Chou rave, Radis noir ou Céleri Rave
2 Salades de printemps
500 gr de Petits pois > pour le GRAND PLUS

PETIT PANIER et PETIT PANIER PLUS

1 botte de Carottes
650 gr de Chou rave, Radis noir ou Céleri Rave
1 botte de Radis rose
2 Salades de printemps
500 gr de Petits pois > pour le PETIT PLUS



Produits d'origine France - Catégorie II - Issus de l'agriculture biologique - Certifié par ECOCERT FR-BIO 01 - Agriculture France

Tartines aux petits pois et aux courgettes

Ingédients : 300 g de petits pois écosés, 1 courgette, 80 g de feta, 30 g de pignons de pin, 2 brins de menthe + quelques petites feuilles, 2 pincées d'origan, huile d'olive, sel, poivre, quelques pincées de zaatar ou de thym (facultatif), des tranches de pain de campagne.

Préparation : Rincez la courgette puis détaillez-la en fines tranches. Placez les tranches obtenues dans un saladier, ajoutez y 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, du sel, du poivre puis saupoudrez d'origan. Mélangez puis disposez sur une plaque recouverte de papier sulfurisé sans les faire se chevaucher. Enfourez à 180°C et laissez cuire 20 minutes. Surveillez la cuisson. Réservez les tranches de courgette sur une assiette pour les faire refroidir.

Plongez les petits pois dans une casserole d'eau bouillante salée et laissez-les cuire 5 à 10 minutes. Égouttez-les et plongez-les aussitôt dans un saladier d'eau très froide puis égouttez-les à nouveau. Séchez-les ensuite sur un torchon propre. Réservez une cuillère à soupe de petits pois.

Placez les petits pois restants dans le bol de votre mixeur. Ajoutez la feta et la menthe ciselée. Faites dorer les pignons quelques minutes dans une poêle sans matière grasse puis ajoutez-les dans le bol.

Mixez par à-coups en ajoutant, une à une, 5 cuillères à soupe d'huile. Le but est d'obtenir une texture avec des morceaux et non une crème lisse. Assaisonnez et mixez à nouveau. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si besoin.

Faites griller les tranches de pain. Tartinez-les de crème de petits pois. Disposez les tranches de courgette par-dessus. Saupoudrez de zaatar ou de thym et décorez avec des feuilles de menthe et quelques petits pois entiers.



Jardin de Cocagne du Sud-Alsace

Association Icare, chantier d'insertion par le maraichage bio
Tél. : 03 89 66 19 99 email : adherents@asso-icare.com

Les Jardins d'Icare
3 rue des Daims
68780 Sentheim

&

Jardins du Trèfle Rouge
30 A rue de Raedersheim
68190 Ungersheim



Site web : <http://icare.reseaucocagne.asso.fr>
Facebook : page [ICARE Paniers de légumes bio](https://www.facebook.com/ICAREPaniersdelegumesbio)