

A nos client.e.s paniers

Cela fait maintenant 12 années que l'atelier maraîchage de l'Esat vendait des paniers de légumes. 12 années à commercialiser de bons légumes dans ce format. Le nombre de ces paniers avait atteint des sommets lors des confinements pendant la période COVID. Puis, petit à petit, les points de livraisons ont diminué, le nombre d'abonné aussi, alors que les coûts augmentaient. Il fallait se rendre à l'évidence, ce format ne correspondait plus à la demande.

Nous allons réfléchir à d'autres modèles tout en continuant la vente directe, le marché et l'approvisionnement des banques alimentaires sans oublier les Biocoop !

Alors, nous vous remercions toutes et tous pour votre fidélité sans faille, nous avons tissé des liens et des relations de confiance avec certain.e.s d'entre vous. Le maraîchage restera ouvert vers l'extérieur, portes ouvertes, marchés locaux etc.



Parole de jardiniers

Le maraîchage procède à la mise en place de filets brise-vent !

Le brise-vent est un produit à l'efficacité et à la durée de vie avérées pour atténuer l'effet du vent dans les endroits exposés à très exposés. Par sa conception et son grammage il permet d'atténuer la force du vent, permettant ainsi de profiter de lieu auparavant ouvert aux courants d'air.

On oublie souvent les rôles du filet brise-vent : protéger les jardins et autres jeunes plantations contre le dessèchement, contre l'amplification du froid, éviter les plantations malmenées, bousculées ou couchées et toutes les conséquences en découlant automatiquement.

En finalité, protéger les serres contre les assauts tempétueux de l'hiver !



Composition de votre panier semaine 34

Prix 2,50 €

Panier à 8€

Produits

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,5 ×	POIVRON CORNO DI TORO Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,50 €	2,25 €
1 ×	SALADE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
0,5 ×	POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,20 €	1,10 €
0,5 ×	AUBERGINE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,50 €	2,25 €
0,5 ×	COURGETTE LONGUE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	1,50 €
				8,20 €

Prix 10,00 €

Panier à 10 €

Produits

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,5 ×	POIVRON CORNO DI TORO Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,50 €	2,25 €
0,5 ×	POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,20 €	1,10 €
0,5 ×	AUBERGINE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,50 €	2,25 €
0,5 ×	COURGETTE LONGUE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,50 €	1,25 €
0,5 ×	TOMATE CERISE JAUNE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	8,00 €	4,00 €
1 ×	SALADE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
				11,95 €

Prix 15,00 €

Panier à 15 €

Produits

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,7 ×	POIVRON CORNO DI TORO Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,50 €	3,15 €
0,7 ×	POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,20 €	1,54 €
0,5 ×	AUBERGINE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,50 €	2,25 €
0,5 ×	COURGETTE LONGUE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,50 €	1,25 €
0,5 ×	TOMATE CERISE JAUNE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	8,00 €	4,00 €
1 ×	SALADE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
1 ×	PASTèque Charlotte	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
				16,29 €



BURGER D'AUBERGINE AU PARMESAN

INGRÉDIENTS

- 1 aubergine moyenne assez large (violette, zébrées, blanches...)
- 1 oeufs entier (100 g)
- 2 c.à.s de farine
- chapelure de pain (si possible maison)
- origan, menthe, basilic (facultatif)
- 1 c-à-soupe de pecorino, parmesan ou autre fromage italien râpé finement
- huile de friture (arachide, maïs...)
- sel gros et sel fin
- 2 steaks hachés de bœuf ou de porc
- 2 tranches de fromage à burger (cheddar)
- 1 tomate ronde (option)

TEMPS DE PRÉPARATION : 30MN
TEMPS DE CUISSON : 30M
TEMPS TOTAL : 1H

PRÉPARATION

- Laver et essuyer les aubergines. Les couper en rondelles de 1 à 1,5cm d'épaisseur maximum. Les poser par couches sur un saladier en ayant soin de parsemer chaque couche de gros sel (cette étape n'est pas obligatoire). Laisser reposer avec un poids au dessus (genre casserole) pendant une demi-heure environ. Rincer ensuite chaque aubergine et l'essuyer soigneusement.
- Préparer une assiette plate avec de la chapelure mélangée à une ou plusieurs herbes séchées et un peu de fromage.
- Dans une assiette creuse, verser les œufs, saler et fouetter un peu avec une fourchette pour qu'ils deviennent légèrement mousseux.
- Chauffer l'huile à 170°C (elle doit former de mini-bulles et quand on y trempe un morceau de pain il frit en quelques secondes) dans un casserole à fond épais et à 3-4 doigts de hauteur.
- Tremper les tranches d'aubergines dans la farine puis dans l'œuf puis dans le mélange chapelure-fromage. Secouer légèrement pour retirer l'excédent puis tremper dans l'huile chaude. Dès qu'un côté est doré, retourner les tranches (c'est assez rapide). Les poser sur du papier absorbant. Saler.
- Cuire dans une poêle les steaks suivant ses goûts (à point pour du porc)
- En option, découper en tout petits morceaux une tomate, et faire compoter dans une petite poêle, saler, basilic en option.

Disposer sur une tranche d'aubergine panée une ½ tranche de steak haché, un peu de compotée de tomate, le fromage à burger puis à nouveau une tranche d'aubergine panée.

Réchauffer les burgers au four à 170° quelques minutes

Deux burgers par personne en font un plat complet, il est possible d'ajouter à côté un peu de salade verte