





### Parole de jardiniers :

**« Il paraît que toutes les bonnes choses ont une fin... »**

C'est non sans émotion que nous rédigeons cette dernière parole de jardiniers.

Comme vous le savez, notre formule de paniers s'arrête en raison de l'évolution de notre activité et de notre mode de commercialisation.

Comment ne pas toutes et tous vous remercier ? Pour nous avoir accompagnés et soutenus à travers l'achat de nos paniers hebdomadaires, mais aussi pour toutes les marques de sympathie que vous nous avez adressées au cours de ces années : cartes de remerciement, petits mots, sourires, encouragements, etc. Nous souhaitons surtout vous dire **un immense merci**. Merci pour votre fidélité, votre confiance et votre soutien au fil des années. Grâce à vous, vous avez contribué à faire **vivre une agriculture biologique, locale et engagée, mais aussi un projet porteur de valeurs sociales**. Nous avons été fiers et heureux de vous proposer nos légumes chaque semaine.

**Même si les paniers s'arrêtent, l'aventure continue !**

Nous serons désormais très heureux de vous retrouver lors de notre vente directe chaque jeudi matin, ainsi qu'à l'occasion de nos ventes exceptionnelles. La prochaine aura lieu le 4 septembre au siège de l'Adapei 22, à Plérin.

Nous sommes heureux d'avoir partagé toutes ces années avec vous et espérons sincèrement continuer à vous retrouver à la ferme !



## Composition de votre panier semaine 35

### Panier à 8€

#### Produits

| Qté   | Désignation                                     | Origine         | PU     | Total          |
|-------|-------------------------------------------------|-----------------|--------|----------------|
| 0,8 × | TOMATE RONDE Vrac 1 kg                          | FRANCE-Plourivo | 3,50 € | 2,80 €         |
| 1 ×   | CONCOMBRE court epineux                         | FRANCE-Plourivo | 1,50 € | 1,50 €         |
| 0,7 × | POIVRON ROUGE CARRE Vrac 1 kg                   | FRANCE-Plourivo | 4,50 € | 3,15 €         |
| 1 ×   | SALADE                                          | FRANCE-Plourivo | 1,10 € | 1,10 €         |
| 0,7 × | OIGNON ROUGE Vrac 1 kg                          | FRANCE-Plourivo | 3,35 € | 2,35 €         |
| 1 ×   | POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg | FRANCE-Plourivo | 2,20 € | 2,20 €         |
|       |                                                 |                 |        | <b>13,10 €</b> |

#### Produits

### Panier à 10 €

| Qté   | Désignation                                     | Origine         | PU     | Total          |
|-------|-------------------------------------------------|-----------------|--------|----------------|
| 0,8 × | TOMATE RONDE Vrac 1 kg                          | FRANCE-Plourivo | 3,50 € | 2,80 €         |
| 1 ×   | CONCOMBRE court epineux                         | FRANCE-Plourivo | 1,50 € | 1,50 €         |
| 0,6 × | POIVRON ROUGE CARRE Vrac 1 kg                   | FRANCE-Plourivo | 4,50 € | 2,70 €         |
| 1 ×   | SALADE                                          | FRANCE-Plourivo | 1,10 € | 1,10 €         |
| 0,5 × | OIGNON ROUGE Vrac 1 kg                          | FRANCE-Plourivo | 3,35 € | 1,68 €         |
| 1 ×   | POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg | FRANCE-Plourivo | 2,20 € | 2,20 €         |
| 1 ×   | COURGE POTIMARRON                               | FRANCE-Plourivo | 3,00 € | 3,00 €         |
| 1 ×   | PERSIL PLAT 50 gr                               | FRANCE-Plourivo | 1,00 € | 1,00 €         |
|       |                                                 |                 |        | <b>15,98 €</b> |

Afin de compenser le prix de l'adhésion annuelle (reseau cocagne) que vous avez payé en début d'année, **Le contenu des paniers est adapté, entre 5 et 6€ vous seront offert.**

**Le prix de votre panier hebdomadaire reste inchangé, 8€, 10€ ou 15€ .**

### Panier à 15 €

#### Produits

| Qté   | Désignation                                     | Origine         | PU     | Total          |
|-------|-------------------------------------------------|-----------------|--------|----------------|
| 1 ×   | TOMATE RONDE Vrac 1 kg                          | FRANCE-Plourivo | 3,50 € | 3,50 €         |
| 1 ×   | CONCOMBRE court epineux                         | FRANCE-Plourivo | 1,50 € | 1,50 €         |
| 0,8 × | POIVRON ROUGE CARRE Vrac 1 kg                   | FRANCE-Plourivo | 4,50 € | 3,60 €         |
| 1 ×   | SALADE                                          | FRANCE-Plourivo | 1,10 € | 1,10 €         |
| 0,6 × | OIGNON ROUGE Vrac 1 kg                          | FRANCE-Plourivo | 3,35 € | 2,01 €         |
| 1 ×   | POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg | FRANCE-Plourivo | 2,20 € | 2,20 €         |
| 1 ×   | COURGE POTIMARRON                               | FRANCE-Plourivo | 3,00 € | 3,00 €         |
| 1 ×   | PERSIL PLAT 50 gr                               | FRANCE-Plourivo | 1,00 € | 1,00 €         |
| 1 ×   | PASTEQUE Vrac 1 kg                              | FRANCE-Plourivo | 3,00 € | 3,00 €         |
|       |                                                 |                 |        | <b>20,91 €</b> |



## TAJINE D'AGNEAU, TOMATES, POIVRONS ET COCOS

### INGRÉDIENTS

- 1.2 kg d'épaule d'agneau désossée et dégraissée coupée en gros morceaux
- 1kg de tomates pelées
- 3 poivrons épépinés, coupés en lanières
- 1 oignon rouge émincé
- 2 gousses d'ail écrasées
- 2 carottes coupées en dés
- 500 g de cocos de Paimpol
- 1 càc de cumin en grains
- thym, laurier, sel, piment moulu, une càs d'huile
- un peu de farine

**TEMPS DE PRÉPARATION : 1H**  
**TEMPS DE CUISSON : 2H15MN OU +**  
**TEMPS TOTAL : 3H15MN MINIMUM**

### PRÉPARATION

Fariner légèrement les morceaux d'agneau, les rôtir dans une cocotte dans l'huile chaude.

Ajouter les oignons et l'ail écrasé et faire prendre la couleur.

Ajouter les carottes, les poivrons, puis les tomates coupées en gros dés et les cocos de Paimpol.

Bien mélanger.

Couvrir d'eau à mi-hauteur et ajouter le thym et le laurier, le sel et le piment (attention, pas trop ! faire selon votre goût).

Faire cuire à feu tout doux avec un couvercle pendant au moins 2 heures.

S'il reste trop d'eau au bout d'1H30, faire cuire les dernières 30 mn sans le couvercle.

*C'est une recette simple dont le goût repose sur le mélange viande/légumes/épices.*

Besoin d'une idée de recette ?

