

INFORMATIONS :

A partir du jeudi 24 août, nous reprenons les livraisons de nos paniers à l'IME de Minihiy Tréguier.

2 rue Angela Duval
22220 Minihiy-Tréguier.

Vous pouvez dès à présent (re)commander votre panier bio, local et solidaire.

RDV SUR : esatco.cocagnebio.fr



L'écho des salades

Parole de jardinier 🧑🌾 🧑🌾

A l'ESAT pour manger les frelons asiatiques qui attaquent nos abeilles nous élevons des poules. Dernièrement nous avons été obligés d'acheter une nouvelle poule car il n'y en avait plus qu'une, l'autre avait disparu. Voici les deux poulettes de l'ESAT !



Saint Dominique et Snow

Lucie et Yves

La composition de votre panier Semaine 34 :

Panier à 10.00€

LEGUMES	Tarifs en €
Tomate cerise 400gr	2.52
Pomme de terre grenaille 1kg	1.00
Poivrons corno di toro 500gr	2.25
Salade 1 pièce	1.10
Tomate andine cornue 500gr	2.1
Ciboulette 50gr	1.0
1 concombre	1.1
Valeur du panier	11.07€

Panier à 15.00€

LEGUMES	Tarifs en €
Tomate cerise 500gr	3.15
Pomme de terre grenaille 1.5kg	1.50
Poivrons corno di toro 700gr	3.15
Salade 1 pièce	1.10
Tomate andine cornue 1kg	4.2
Ciboulette 50gr	1.0
1 concombre	1.1
Valeur du panier	15.23€

Notre composition de légumes est susceptible d'être modifiée en fonction de nos récoltes ... merci de votre

Panier solidaire à 8 €

LEGUMES	Tarifs en €
Tomate cerise 300gr	1.89
Pomme de terre grenaille 1kg	1.00
Poivrons corno di toro 500gr	2.25
Salade 1 pièce	1.10
Ciboulette 50gr	1.0
1 concombre	1.1
Valeur du panier	8.34€

RECETTE DE LA SEMAINE

.... Besoin d'une idée de recette ?

CLICK 

<https://esatco.cocagnebio.fr/cuisiner-nos-produits>



POMMES DE TERRE GRENAILLE AU BOUILLON

INGRÉDIENTS

- 500 gr de Pommes de terre grenaille
- 6 grosses échalotes
- 30 g de beurre
- 1 à 2 c-à-s d'huile
- 2 verres de bouillon (1 verre de bouillon + 1 verre de vin blanc)
- Sel et poivre.

TEMPS DE PRÉPARATION : 20MN
TEMPS DE CUISSON : 30MN
TEMPS TOTAL : 50MN

PRÉPARATION

Rincer les pommes de terre sans les éplucher.

Émincer les échalotes.

Dans une cocotte faire fondre le beurre et l'huile.

Une fois fondus, y mettre les échalotes émincées et les faire légèrement blondir.

Puis y mettre les pommes de terre.

Les faire revenir quelques minutes en remuant sans cesse car elles ne doivent pas brûler.

Verser le bouillon, saler, poivrer et fermer la cocotte. Laisser cuire environ 20mn.