



# L'écho des salades

## Parole de jardinier 🧑🌾🧑🌾

Mercredi 20 mars, nous avons planté des courgettes sur 3 rangs dans la serre 8. Cela est tombé le jour du printemps car c'est ce jour-là que nous avons reçu les plants. La semaine précédente nous avons tout préparé : les bâches tissées, les tuyaux d'arrosage ... Pour favoriser le bon démarrage des plants, nous avons installé par-dessus un voile de forçage avec des arceaux.

**Vivement les ratatouilles maisons !**

*Valentin et gwénolée*



Ici , Nicolas

et Stanislas récoltant la mâche qui se trouve dans la même serre que les courgettes.



## Composition de votre panier semaine «12» :

### Panier à 8€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,6 ×	POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,20 €	1,32 €
0,4 ×	EPINARD ET TETRAGONE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,30 €	2,12 €
1 ×	SALADE BATAVIA VERTE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
0,4 ×	POIREAU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	1,20 €
1 ×	NAVET BOTTE	FRANCE-Plourivo	2,40 €	2,40 €
				<b>8,14 €</b>

### Panier à 10€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
1 ×	POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,20 €	2,20 €
0,4 ×	EPINARD ET TETRAGONE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,30 €	2,12 €
1 ×	SALADE BATAVIA VERTE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
0,8 ×	POIREAU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	2,40 €
1 ×	NAVET BOTTE	FRANCE-Plourivo	2,40 €	2,40 €
				<b>10,22 €</b>

### Panier à 15€

Qte	Designation	Origine	PU	Total
1,5 ×	POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,20 €	3,30 €
0,5 ×	EPINARD ET TETRAGONE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,30 €	2,65 €
1 ×	SALADE BATAVIA VERTE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
1 ×	POIREAU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
1 ×	courges diverses courges Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
1 ×	NAVET BOTTE	FRANCE-Plourivo	2,40 €	2,40 €
				<b>15,45 €</b>



.... Besoin d'une idée de recette ?  <https://esatco.cocagnebio.fr/cuisiner-nos-produits>



## GRATIN ÉPINARDS, POULET, POMMES DE TERRE

### INGRÉDIENTS

- 400 gr d'épinards
- 6 pommes de terre
- 600 gr d'escalopes de poulet
- 40 cl de crème liquide
- 100 gr de bleu d'auvergne
- Un peu de beurre
- Sel

### PRÉPARATION

Épluchez les pommes de terre, coupez-les en rondelles et faites-les cuire dans l'eau bouillante pendant 15mn.

Faites cuire les épinards dans une casserole avec un peu d'eau pendant quelques minutes.

Découpez les escalopes de poulet en lamelles et faites-les revenir dans une poêle avec le beurre.

Faites chauffer la crème et le fromage dans une casserole. Bien délayer.

Dans un plat à gratin, disposez les épinards, puis les morceaux de poulet, un peu de sauce, les pommes de terre et le reste de la sauce.

Placez dans le four à 240° pendant 15mn, puis sur la position grill quelques minutes

**TEMPS DE PRÉPARATION : 20MN**

**TEMPS DE CUISSON : 20MN**

**TEMPS TOTAL : 40MN**