



QU'EST-CE
QU'ON PEUT
FAIRE
ENSEMBLE ?





QU'EST-CE
QU'ON PEUT
FAIRE
ENSEMBLE ?



«nom» «prenom»

Votre lieu de dépôt : «lieuDepot»

«soldeEffectif»

L'ECHO DES SALADES ANNEE 2019

PAROLE DE JARDINIER

Cela fait maintenant trois ans qu'il y a l'activité apiculture à l'ESAT. Cette année nous avons changé notre jour de visite hebdomadaire à nos petites abeilles. C'est le mercredi après-midi.

Comme notre activité c'est développé nous avons investi dans du matériel, extracteur, bac à désoperculer ou besacier, seau, maturateur, appareil à désoperculer piège à frelon...

J'espère que nos petites abeilles auront bien passées l'hiver pour que nous ayons encore du bon miel cette année.

Lucie



QU'EST-CE
QU'ON PEUT
FAIRE
ENSEMBLE ?



SEMAINE NUMERO «14»

Composition de votre panier semaine «14» :

Panier à 10.00€

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarifs en €</i>
<i>Salade</i>	<i>1.1</i>
<i>500g de poireaux</i>	<i>1.5</i>
1 Botte de navets	2.2
1 Botte d'oignons blancs	2
2 Radis noirs	1.5
2 kg de pomme de terre grenaille	2
Valeur du panier	10.30 €

Panier à 15.00€

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarifs en €</i>
1 salade	1.1
1kg de poireaux	3
1 Botte de navets	2.2
1 Botte d'oignons blancs	2
2 radis noirs	1.5
3 kg de pomme de terre grenaille	3
500g d'oignons jaunes	1.45
100g de mâche	1.05
Valeur du panier	15.30€





QU'EST-CE
QU'ON PEUT
FAIRE
ENSEMBLE ?



RECETTE DE LA SEMAINE

Cette semaine, nous vous proposons la recette d'une adhérente panier

Soupe de fanes

« C'est tout simple, il suffit de laver les feuilles de navet (une botte) ou de radis (une botte), d'écarter les feuilles jaunes et fanées, et de les égoutter. Les couper grossièrement en lanières. »

Faire dorer un oignon dans une cocotte, ajouter 3 pommes de terre épluchées en coupées en morceaux, ajouter les fanes de navet ou radis, et assaisonner (sel, poivre). Recouvrir d'eau, et faire cuire grand feu 20 min, puis mixer finement, ajuster l'assaisonnement. Servir avec une cuiller à café de crème - fraiche dans chaque assiette

Bon appétit