



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



RESEAU COCAGNE





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



«nom» «prenom»

Votre lieu de dépôt : «lieuDepot»

«soldeEffectif»

L'ECHO DES SALADES

ANNEE 2021

PAROLE DE JARDINIER

La semaine dernière nous avons reçus nos premiers plants de tomates : les tomates rondes de la variété Cindel et de la variété Paola.

Nous les avons planté aussitôt en serre, dans une « chambre » appelée encore « chapelle », qui est une double paroi en tissu de forçage qui permet de créer un climat plus chaud. A chaque pied du plant nous avons installé le goutte à goutte que nous supprimerons durant 3 semaines ensuite pour forcer les plants à faire des racines profondes et longues. Ce qui permettra entre-autre un meilleur ancrage des plants dans la terre.

Ils demanderont de la surveillance et un entretien régulier au fur et à mesure de leur croissance : enroulage, effeuillage et enlèvement des gourmands.





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



Composition de votre panier semaine «14» :

Panier à 10.00€

LEGUMES	Tarifs en €
1 salade	1,10
1 botte de navets	2,20
500 gr d'épinards	2,65
1,5 kg de pdt passion	3,30
500 gr de poireaux	1,50
Valeur du panier	10,75 €



Paniers solidaires 8 €

LEGUMES	Tarif en €
1 salade	1,10
1 botte de navets	2,20
500 gr d'épinards	2,65
1 Kg de pdt passion	2,20
Valeur du panier	8,15 €

Panier à 15.00€

LEGUMES	Tarifs en €
2 salades	2,20
1 botte de navets	2,20
500 gr d'épinards	2,65
2 Kg de pdt passion	4,40
600 gr de poireaux	1,80
1 botte d'oignons blancs	2,00
Valeur du panier	15,25 €



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



RECETTE DE LA SEMAINE

Cette semaine nous vous proposons :

« **Salade aux lardons, navets nouveaux et pomme de terre.** »

Ingrédients pour 6 personnes :

1 salade verte, 200gr de lardons, 4 pommes de terre moyennes, 6 navets nouveaux, 100 gr de gruyère, vinaigrette.

Préparation :

Epluchez les pommes de terre et cuisez-les 20 minutes dans de l'eau salée.

Laver les feuilles de salade, égouttez-les soigneusement et disposez-les dans un saladier.

Faites revenir les lardons à la poêle puis réservez-les.

Lavez les navets, coupez-les en fines tranches et faites-les revenir à leur tour dans la même poêle.

Ajoutez-y les pommes de terre cuites que vous aurez au préalable épluchées et coupées en cubes ou en rondelles selon votre préférence.

Quand navets et pommes de terre ont bien rissolés, ajoutez-les à la salade ainsi que les lardons et le gruyère coupé en petits cubes.

Servez aussitôt accompagné de la vinaigrette.

Bon appétit !