



QUICHE AUX BLETTES

INGRÉDIENTS

- pâte brisée
- 100gr de lardons
- 3 œufs
- botte de blettes
- 20cl de crème fraîche
- 50g de gruyère râpé

TEMPS DE PRÉPARATION : 15MN
TEMPS DE CUISSON : 1H
TEMPS TOTAL : 1H15MN

PRÉPARATION

Laver les blettes, les couper et les cuire à l'autocuiseur 20 minutes.

Bien égoutter les blettes.

Préchauffer le four à 180°.

Étaler la pâte dans un plat à tarte, mélanger la crème fraîche avec les œufs et les lardons. Disposer les blettes sur la pâte verser le mélange œufs/crème fraîche/lardons dessus.

Parsemer de gruyère râpé.

Enfourner 40 minutes environ selon votre four.



Besoin d'une idée de recette ?

esatco.cocagnebio.fr/cuisiner-nos-produits



Parole de jardiniers

Jaunes, rouges, blancs, rosés... les oignons sont plantés !

Après avoir passé le canadien, le rotalabour et la herse rotative, le sol était enfin prêt à accueillir nos plants d'oignons. « *Il faut bien affiner la terre, précise Lionel. C'est ça le plus compliqué.* » Après avoir déroulé la bâche biodégradable, c'est le rouleau-perceur que l'on passe sur les planches.

« *Les oignons, on n'a pas besoin de les planter profond, car ils ont une racine fasciculée de surface, détaille Lionel. Il faut simplement bien mettre les racines en contact avec le sol.* » Un jeu d'enfant et d'endurance car, avec cinq variétés, entre les oignons bottes et de conservation, les planteurs ne s'ennuient pas !



Le rouleau-perceur perfore la bâche biodégradable. Un outil sommaire mais précieux !



Un distributeur prédise les plants au niveau des trous créés par le rouleau-perceur. Un gain de temps confortable.



Composition de votre panier semaine 16

Panier à 15€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,8 ×	EPINARD ET TETRAGONE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,30 €	4,24 €
1 ×	SALADE BATAVIA VERTE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
1 ×	OIGNON BLANCS BOTTE	FRANCE-Plourivo	2,50 €	2,50 €
1 ×	COTES DE BLETTES BOTTE 500gr	FRANCE-Plourivo	2,50 €	2,50 €
1 ×	COURGE SHIATSU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
1 ×	NAVET BOTTE	FRANCE-Plourivo	2,40 €	2,40 €
				15,74 €

Panier à 10€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
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 ×	OIGNON BLANCS BOTTE	FRANCE-Plourivo	2,50 €	2,50 €
1 ×	COTES DE BLETTES BOTTE 500gr	FRANCE-Plourivo	2,50 €	2,50 €
1 ×	COURGE SHIATSU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
				11,75 €

Panier à 8€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
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 ×	OIGNON BLANCS BOTTE	FRANCE-Plourivo	2,50 €	2,50 €
1 ×	COTES DE BLETTES BOTTE 500gr	FRANCE-Plourivo	2,50 €	2,50 €
				8,75 €