



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

Je viens du Centre de Réadaptation et de Postcure de Billiers (C.P.R.B.) dans le Morbihan, et je suis en stage depuis le 11 mars et jusqu'au 29 mars à l'atelier maraîchage de l'ESAT de Plourivo.

Durant mes deux premières semaines de stage j'ai pu découvrir et participer à plusieurs activités de l'atelier : l'aspect commercialisation (préparation et livraison de paniers, livraison à la Biocoop de Paimpol, récoltes, conditionnement...), l'entretien des cultures (désherbage, irrigation...), plantations (tomates, salades), semis (fèves), et j'en passe !

J'ai pu aller plusieurs fois chez Stéphane le maraîcher pour le repiquage des tomates, des semis, diverses récoltes et la plantation des oignons (gros chantier, c'est là qu'on est heureux de travailler en équipe !).

Je trouve l'ambiance de travail très agréable entre collègues et l'accueil des moniteurs et du personnel très bienveillante. Ce début de stage est pour moi très enrichissant.

Marie stagiaire



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



SEMAINE NUMERO «semaine 17»

Composition de votre panier semaine «Semaine 17» :

Panier à 10.00€

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarifs en €</i>
2 petites salades	1.10
500g de pomme de terre nouvelles	3.50
1 botte de navets primeurs	2.20
1/2 botte d'oignons blancs	1.00
1 chou de Pâques	3.50
Valeur du panier	11.30 €

Panier à 15.00€

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarifs en €</i>
2 petites salades	1.10
900g de pomme de terre nouvelles	6.30
1 botte de navets primeurs	2.20
1/2 botte d'oignons blancs	1.00
1 chou de Pâques	3.50
600g de courge	1.50
Valeur du panier	15.60€





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



RECETTE DE LA SEMAINE

Cette semaine, une adhérente paner vous propose :

Navets primeurs gratinés

Râper les navets comme le céleri (grille à gros trous), le faire revenir dans du beurre 10 min à feu doux,

Ajouter de la crème fraîche, poivre et sel, verser dans un plat à four et recouvrir de gruyère. Laisser gratiner.

Déguster avec une bonne salade verte

Bon appétit

