



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

Nous semons nos carottes bottes de Noël à Février. Aujourd'hui nous sommes en début de récolte. Nous semons celle-ci en 3 séries les premières sont de tailles raisonnable. Les 2 autres séries seront plus belle. Nous allons semer les carottes de conservation en plein champ semaine 23 et nous les récoltons de septembre à octobre. La carotte est un légume qu'il faut suivre tout l'été (désherbage à la main) et qui nous demande beaucoup de temps, de minutie surtout quand la carotte est toute petite.

*Tanguy et Thierry*



*planche de carottes à désherber !!!*



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



RESEAU COGNAC



SEMAINE NUMERO «numeroSemaine»

## Composition de votre panier semaine «19» :

### Panier à 10.00€

| <i>LEGUMES</i>          | <i>Tarifs en €</i> |
|-------------------------|--------------------|
| 1 Botte de blette       | 1.25               |
| 1.5kg de courge         | 3.75               |
| 1 Botte de carotte      | 3                  |
| 1 Brocoli nouveau       | 2.5                |
| 1 salade                | cadeau             |
| <b>Valeur du panier</b> | <b>10.5 €</b>      |

### Panier à 15.00€

| <i>LEGUMES</i>          | <i>Tarifs en €</i> |
|-------------------------|--------------------|
| 1 Botte de blette       | 1.75               |
| 1.5kg de courge         | 3.75               |
| 1 Botte de carotte      | 3                  |
| 1 Brocoli nouveau       | 2.5                |
| 1 Botte de radis        | 1.5                |
| 1 kg de navet nouveaux  | 2.50               |
| 1 salade                | 1                  |
| 1 salade                | cadeau             |
| <b>Valeur du panier</b> | <b>15.60€</b>      |





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



## **RECETTE DE LA SEMAINE**

Cette semaine, nous vous proposons

### **« QUICHE AUX BLETTES »**

#### **Ingrédients :**

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

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

Bien égoutter les blettes.

Préchauffer le four à 180°.

Etaler 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 environs selon votre four.

Déguster