





«nom» «prenom»

Votre lieu de dépôt : «lieuDepot»

«soldeEffectif»

# L'ECHO DES SALADES

## ANNEE 2018

SEMAINE NUMERO «numeroSemaine»

### PAROLE DE JARDINIER

#### Comment lutter contre les nuisibles ?

**Les nuisibles présents en ce moments sont les oiseaux dans les champs et les pucerons dans les serres. En ce qui concerne les pucerons, il existe différents traitements : mélanger 20cl de savon noir avec 1 l d'eau. Pulvériser directement sur les pucerons tous les 10 jours.**

**Purin d'orties en arrosage préventif : c'est un insecticide naturel de premier ordre.**

**Autres traitements : coccinelles, tabac brun, liquide vaisselle bio, décoction d'ail, purin de frondes de fougères, macération de feuilles de rhubarbe**



**Pour les oiseaux, nous avons installé des effaroucheurs.**



## Composition de votre panier semaine «21» :

### Panier à 10.00€

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarifs en €</i>
1 salade	1.10
1 botte de carottes	3.00
1 botte de radis	1.50
1 kg de petits pois	5.50
<b>Valeur du panier</b>	<b>11.10 €</b>

### Panier à 15.00€

<b>LEGUMES</b>	<b>Tarifs en €</b>
1 salade	1.10
1 botte d'aillets	1.50
1 botte de carottes	3.00
1 bottes de radis	1.50
1 kg de courgettes	3.00
1 kg de petits pois	5.50
<b>Valeur du panier</b>	<b>15.60€</b>





## RECETTE DE LA SEMAINE

Cette semaine, nous vous proposons **petits pois -carottes**

**Temps : 1h**

**Préparation : 30 min**

**Cuisson : 30 min**

Pour 4 personnes

- 600 g de **petits pois** écossés (1,5 kg de petits pois frais)
- 4 **carottes** nouvelle
- 1 **oignon**
- 1 branche de **céleri**
- 1 **sucrine** (ou 1 coeur de **laitue**)
- 1 cube de bouillon de volaille
- 150 g de **lardons**
- 2 cuillères à soupe de **persil** plat

Ecossez les petits pois et lavez-les. Epluchez les carottes, nettoyez-les puis coupez-les en dés. Pelez l'oignon et ciselez-le. Lavez le céleri branche et coupez en une dizaine de centimètres en petits cubes. Enlevez les premières feuilles de la sucrine si besoin, fendez-la en deux, lavez-la.

Dans une cocotte, déposez les lardons et l'oignon ciselé. Faites revenir 7 à 8 minutes à feu doux en mélangeant régulièrement. Ajoutez ensuite le céleri et les carottes, la sucrine et poursuivez la cuisson 3 minutes. Ajoutez enfin les petits pois, le cube de bouillon de volaille et mouillez à hauteur avec de l'eau.

Couvrez et laissez cuire environ 20 minutes.

Juste avant de servir, saupoudrez de persil plat.

