



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

Jeudi 16 Mai avait lieu la journée DUODAY qui nous permet de découvrir le travail en milieu ordinaire. L'ESAT étant un partenaire de la Biocoop, j'ai pu passer la journée en duo avec Fanny, responsable du rayon fruits et légumes. J'ai commencé à 8h30 par la mise en rayon puis un peu de caisse et du rangement dans la réserve jusqu'à 12h30. L'après midi fut occupé par les multiples commandes. J'ai passé une super journée et j'ai conseillé à mes collègues de le faire l'année prochaine.

Frédéric T



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



SEMAINE NUMERO «numeroSemaine»

Composition de votre panier semaine «22» :

Panier à 10.00€

LEGUMES	Tarifs en €
1 salade	1.10 €
600g de petits pois	3.30 €
1 courge « shiatsu »	3.00 €
1kg de pommes de terre nouvelles	2.80 €
2 courgettes	1.20 €
1 botte d'oignons blancs	Cadeau
Valeur du panier	11.40 €



Panier à 15.00€

LEGUMES	Tarifs en €
1 salade	1.10 €
1.2 kg de petits pois	6.60€
1 courge « shiatsu »	3.00 €
1.2 kg de pommes de terre nouvelles	3.36 €
2 courgettes	1.20€
1 botte de radis	1.50€
1 botte d'oignons blancs	Cadeau
Valeur du panier	16.76 €



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



RECETTE DE LA SEMAINE

Pomme de terre nouvelles sautées

Temps de préparation : 8 mn

Temps de cuisson : 45 mn (suivant la taille de pommes de terre)

Ingrédients :

- 800 gr de pommes de terre nouvelles
- 40 de beurre (demi-sel pour les bretons !)
- 10 gr d'huile d'olive
- 1 grosse échalote
- 4 ou 5 gousses d'ail
- thym- sel et poivre.

Préparation :

Brosser délicatement les pommes de terre sous l'eau, les couper en dés assez gros , les sécher.

Dans une sauteuse, faire fondre le beurre dans l'huile d'olive, ajouter les pommes de terre, le thym, saler et poivrer. Laisser cuire à feu doux.

Pendant de temps, éplucher les gousses d'ail, les couper en 2

Eplucher l'échalote et la couper en gros morceaux.

Au bout de 25 mn de cuisson, ajouter l'ail et l'échalote et poursuivre la cuisson pendant environ 20 mn

A déguster avec une salade !!!

Bon appétit