



«nom» «prenom»

Votre lieu de dépôt : «lieuDepot»

«soldeEffectif»

# L'ECHO DES SALADES

## ANNEE 2018

SEMAINE NUMERO «numeroSemaine»

### **PAROLE DE JARDINIER**

Depuis début juin, nous travaillons sur les plants de tomates qui réclament beaucoup d'attention. Nous avons mis des tuteurs ficelles pour que le plant puisse grimper en hauteur sans se casser. Ensuite nous avons égourmandés, c'est-à-dire, que nous avons coupé une tête secondaire qui pourrait concurrencer le plant principal.

Une autre opération est effectuée sur les plants de tomates, c'est l'effeuillage. Cela consiste à couper les feuilles du bas pour aérer le plant et limiter l'apparition de maladie.

A cette saison, mi-juin, les premières grappes de tomates commencent à murir.

Des problèmes commencent à apparaitre aussi, par des maladies comme le botrytis et le mildiou, tous deux sont des champignons qui se répandent facilement et finissent par le tuer. Il est crucial d'éliminer les feuilles et fruits atteints par ces maladies.

Frédéric et youen





Composition de votre panier semaine «numeroSemaine» :

Panier à 10.00€

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarifs en €</i>
1 salade	1.10
500g de courgette	1.50
1 botte de carotte	2.10
1 aubergine	1.05
1 botte de radis	1.50
800g de pdt nouvelle	3.60
<b>Valeur du panier</b>	<b>10.85 €</b>



Panier à 15.00€

<b>LEGUMES</b>	<b>Tarifs en €</b>
1 salade	1.10
1kg de courgette	3.00
1 botte de carotte	2.10
1 aubergine	1.05
1 botte de radis	1.50
1 kg de pdt nouvelle	4.50
200g d'ail	2.40
<b>Valeur du panier</b>	<b>15.65€</b>



## RECETTE DE LA SEMAINE

Cette semaine, nous vous proposons caviar d'aubergine

**Temps :** 15 min      **Préparation :** 30 min      **Cuisson :** 20 min

### Ingrédients :

- 3 aubergines
- 2 gousses d'ail
- 1 demi jus de citron
- 20g d'huile d'olive
- sel, poivre du moulin
- 4 tranches de pain de mie

### Préparation :

**ÉTAPE 1** Commencez par préchauffer votre four th.7 (210°C). Faites ensuite cuire les aubergines 20 min au four. (Vérifiez la cuisson à l'aide d'un couteau). Dès que les aubergines sont cuites, enlevez la peau et déposez-les dans un grand saladier. Écrasez la chair à l'aide d'une fourchette ou avec un mixeur.

**ÉTAPE 2** Hachez les gousses d'ail très finement, puis ajoutez-les aux aubergines avec l'huile d'olive. Incorporez ensuite le sel, le poivre et le jus du demi citron.

**ÉTAPE 3** Laissez reposer minimum 1h à 1h30 avant de déguster avec le pain de mie toasté.

