

Parole de jardinier

Notre site internet est en ligne depuis plus d'un an, n'hésitez pas à y jeter un œil esatco.cocagnebio

Il est ludique, plus illustré, avec plus d'informations sur la vie du maraîchage, et plus de photos !

Merci à Gilles notre animateur de continuer l'alimenter !!

Les recettes de cuisine sont toujours là avec pas moins de 700 recettes ! Vous trouverez toujours les Échos des Salades de 2011 à nos jours



La vente directe et le marché

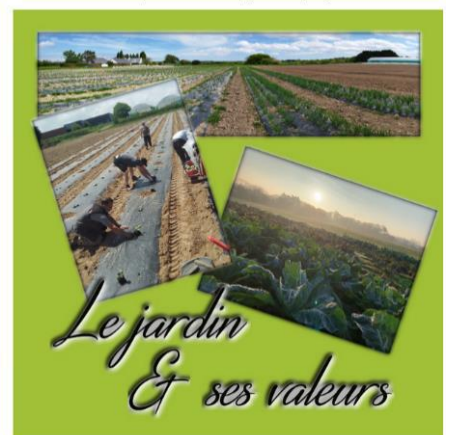
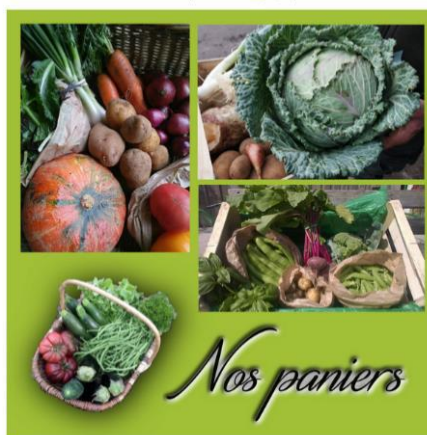
Chaque semaine, retrouvez nos légumes bio de saison.
Pour plus d'infos semaine par semaine, cliquez ici !

Nos paniers bios

Chaque semaine, votre panier de légumes bio, local & solidaire, à récupérer sur nos lieux de dépôt ! Pour en savoir plus, cliquez ici !

Le jardin, ses images et ses valeurs

Pour un investissement pérenne dans l'économie locale en favorisant le retour à l'emploi de travailleurs accompagnés en milieu protégé.



Recettes

En panne d'idées de menu, une interrogation sur la manière de cuisiner un de nos légumes ou fruits, une idée de dessert ? Réponse ici.

Nos actualités

Tout ce qui se passe dans nos champs et dans nos serres ! Sans oublier notre "feuille de chou" hebdomadaire !

Nos partenaires

Les interventions, les partenaires ou les bénévoles sont nombreux à venir nous voir et participer avec l'équipe du maraîchage !



Composition de votre panier semaine «25» :

Panier à 8€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,6 ×	COURGETTE LONGUE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	1,80 €
0,5 ×	POMME DE TERRE Nouvelles Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,50 €	2,75 €
1 ×	SALADE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
1 ×	ECHALOTE NOUVELLE	FRANCE-Plourivo	2,50 €	2,50 €
				8,15 €

Panier à 15€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
1 ×	COURGETTE LONGUE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
1 ×	SALADE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
2 ×	CONCOMBRE court epineux	FRANCE-Plourivo	1,10 €	2,20 €
1 ×	POMME DE TERRE Nouvelles Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,50 €	5,50 €
0,3 ×	AUBERGINE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,50 €	1,35 €
1 ×	ECHALOTE NOUVELLE	FRANCE-Plourivo	2,50 €	2,50 €
				15,65 €

Panier à 10€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,8 ×	COURGETTE LONGUE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	2,40 €
0,5 ×	PETIT POIS RONDO Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	7,00 €	3,50 €
1 ×	SALADE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
1 ×	CONCOMBRE court epineux	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
1 ×	ECHALOTE NOUVELLE	FRANCE-Plourivo	2,50 €	2,50 €
				10,60 €

RECETTE DE LA SEMAINE



TARTE BURRATA COURGETTES

INGRÉDIENTS

- Pâte sablée salée
- 400 g de courgettes
- 30 g de parmesan
- Huile d'olive pimentée
- 1 burrata de 250 g
- Sel et poivre
- 1 jaune d'œuf (facultatif)

TEMPS DE PRÉPARATION : 15MN
TEMPS DE CUISSON : 30MN
TEMPS TOTAL : 45MN

PRÉPARATION

Laver les courgettes et les émincer à l'aide d'un économe afin de réaliser comme des tagliatelles. Les placer dans une passoire, saler et laisser dégorger 15 minutes. Bien égoutter pour retirer le plus d'eau possible.

Préchauffer le four à 180 °C. Étaler la pâte sur une feuille de papier sulfurisé. Parsemer le fond de tarte de parmesan réduit en poudre en laissant un bord de 4 cm.

Disposer les tagliatelles de courgette. Les arroser de 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive pimentée. Rabattre les bords de la pâte sur les courgettes. Glisser le papier avec la tarte sur une plaque de four.

Battre le jaune d'œuf et badigeonner le bord de la tarte à l'aide d'un pinceau. Enfourner pour 30 minutes.

Juste avant de servir, disposer la burrata sur la tarte et l'ouvrir en deux. Saler, poivrer et ajouter un filet d'huile pimentée.

Déguster chaud ou froid.

