



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





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



RESEAU COCAGNE



«nom» «prenom»

Votre lieu de dépôt : «lieuDepot»

«soldeEffectif»

L'ECHO DES SALADES ANNEE 2021

PAROLE DE JARDINIER

La semaine dernière nous avons enfin découvert les premières tomates bien rouges. Elles étaient à vendre à la vente directe le jeudi (de 10h à 13h30).

Avec ce temps de juillet maussade nous avons enfin commencé à récolter nos fameuses tomates Cindel. Comme vous le constatez elles sont dans votre panier.



14kg bravo JEAN LUC



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



Composition de votre panier semaine «28» :

Panier à 10.00€

LEGUMES	Tarifs en €
800g de pdt nouvelle	3.20€
500g de courgette	1.75€
1 Concombre	1.10€
1 Botte d'oignons blancs	2€
500g Tomate rondes	1.50€
1 Salade	1.10€
Valeur du panier	10.65€

Panier à 15.00€

LEGUMES	Tarifs en €
1kg de pdt nouvelle	4€
1kg de courgette	3.50€
1 Concombre	1.10€
300g d'aubergines	1.35€
Botte d'oignons blancs	2€
500g de tomates rondes	1.50€
2 salades	2.20€
Valeur du panier	15.65€

Paniers solidaires 8 €:

LEGUMES	Tarif en €
800g de pdt nouvelles	3.20€
1 Concombre	1.10€
1 Botte d'oignons blancs	2€
500g de tomates rondes	1.50€
1 Salade	1.10
Valeur du panier	8.90€

Notre composition de légumes est susceptible d'être modifiée en fonction de nos récoltes ... merci de votre compréhension



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



RECETTE DE LA SEMAINE



RECETTE DE TOMATES A LA PROVENCALE

Ingrédients

Tomates, ail, persil frais ou sec, sel, poivre, herbes de Provence, huile d'olive, chapelure

(Les quantités ne sont pas précisées, vous pouvez faire autant de tomates que vous le désirez)

Protégez la plaque de votre four avec une feuille d'aluminium, et disposez-y les demi-tomates. Préchauffez votre four thermostat 8 (180°C). Salez et poivrez les tomates puis recouvrez-les d'ail râpé. Saupoudrez les tomates avec les herbes et recouvrez-les d'un filet d'huile d'olive. Pour terminer, déposez une couche de chapelure sur vos tomates assaisonnées et enfournez-les pendant 45 minutes. Plus vos tomates seront "confites", plus elles seront savoureuses, il faut que la chair soit bien fondante.