



Nous sommes présents tout l'été, comme le reste de l'année, sur le marché de Lézardrieux.

C'est un marché à taille humaine, très animé tous les vendredis matins de 8h30 à 13h !



L'Echo des Salades

Parole de Jardinier



C'est par une chaleur suffocante que Lionel et Youen ont entrepris d'installer l'irrigation des nouveaux plants de courgettes.

Ils ont tendu un tuyau sur toute la longueur du rang de 40 mètres, puis installé des micro-asperseurs au pied de chaque plant où une aiguille fine de goutte-à-goutte est piquée en terre.



Composition de votre panier semaine «29» :

Panier à 10.00€

LEGUMES	Tarifs en €
Salade	1.10
Pommes de terre nouvelles 1kg	3.50
Tomates cerises 250gr	1.58
Tomate ronde 700gr	2.10
Ail 100gr	1.20
Basilic Botte 50gr	1.00
Valeur du panier	10.48€

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

Panier solidaire à 8€

LEGUMES	Tarifs en €
Salade	1.10
Pommes de terre nouvelles 500gr	1.75
Tomates cerises 250gr	1.58
Basilic Botte 50gr	1.00
Ail 100gr	1.20
Tomate ronde 700gr	2.10
Valeur du panier	8.73€

Panier à 15.00€

LEGUMES	Tarifs en €
Salade	1.10
Pommes de terre nouvelles 1.5kg	5.25
Tomates cerises 500gr	3.15
Ail 150gr	1.80
Tomate ronde 1kg	3.00
Basilic Botte 50gr	1.00
Valeur du panier	15.30€

Recette de la semaine



SOUPE FROIDE À LA TOMATE ET AU BASILIC

INGRÉDIENTS

- 8 tomates
- un citron
- 2 tiges de basilic
- 2c-à-s d'huile d'olive,
- 1 c-à-s de vinaigre,
- Sel et poivre.

TEMPS DE PRÉPARATION : 20MN
TEMPS DE REPOS : 1H
TEMPS TOTAL : 1H20MN

PRÉPARATION

Laver, sécher, effeuiller le basilic.

Presser le citron.

Plonger les tomates une minute dans de l'eau bouillante. Rafraichissez-les et mettez les dans le bol d'un mixeur.

Ajouter le jus de citron, l'huile d'olive, le vinaigre, sel et poivre dans le bol du mixeur. Faites tourner jusqu'à obtention d'une soupe lisse.

Versez la soupe dans un saladier et rectifiez l'assaisonnement.

Réservez au moins une heure au frais.

Au moment de servir répartissez la soupe de tomate dans quatre bols, décorez de feuilles de basilic et dégustez bien frais.