



Toutes les ouvrières, tous
les ouvriers, le personnel
et tous les encadrants de
l'Esat vous souhaitent une
très bonne année !



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



RESEAU COCCAGNE



L'Écho des Salades



Parole de jardinier



Ca y est, ils sont prêts ! Nos petits pois ont bien profités pendant les fêtes (eux aussi). De la chaleur, de l'humidité et de la lumière voilà ce qu'ils demandent pour une bonne levée.

Nous avons planté notre deuxième série sous abris cette semaine, maintenant il faut être patient et bientôt il faudra les désherber et les palisser... Pour enfin pouvoir les déguster 😊

Pour l'instant... chuttt... il grandissent 😊

Composition de votre panier semaine «02» :

Panier à 8€

Produits

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,5 ×	CHOU DE BRUXELLES Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,50 €	2,25 €
0,8 ×	POIREAU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	2,40 €
1 ×	SALADE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
0,5 ×	NAVET VIOLET Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,50 €	1,25 €
0,2 ×	ECHALOTE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,00 €	1,00 €
				8,00 €

Panier à 15€

Produits

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,6 ×	CHOU DE BRUXELLES Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,50 €	2,70 €
0,8 ×	POIREAU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	2,40 €
1 ×	SALADE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
0,5 ×	NAVET VIOLET Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,50 €	1,25 €
0,2 ×	ECHALOTE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,00 €	1,00 €
0,8 ×	OIGNON JAUNE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,90 €	2,32 €
1 ×	COTES DE BLETTES BOTTE 500gr	FRANCE-Plourivo	2,00 €	2,00 €
1 ×	COURGE BUTTERNUT Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
				15,77 €

Panier à 10€

Produits

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,6 ×	CHOU DE BRUXELLES Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,50 €	2,70 €
0,8 ×	POIREAU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	2,40 €
1 ×	SALADE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
0,5 ×	NAVET VIOLET Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,50 €	1,25 €
0,2 ×	ECHALOTE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,00 €	1,00 €
0,8 ×	OIGNON JAUNE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,90 €	2,32 €
				10,77 €

RECETTE DE LA SEMAINE

.... Besoin d'une idée de recette ?
[nos-produits](#)



<https://esatco.cocagnebio.fr/cuisiner>



CHOUX DE BRUXELLES À LA SAVOYARDE

INGRÉDIENTS

- 50 g de beurre
- poivre
- sel
- 1 kg de choux de Bruxelles
- 250 g de jambon de montagne ou de saucisses fumées
- 200 g de gruyère
- 20 cl de crème liquide

PRÉPARATION

Faire cuire les choux 20 min dans de l'eau bouillante salée.

Disposez-en la moitié au fond d'un plat beurré.

Répartissez une couche de gruyère et de jambon, puis le restant de choux et de mélange jambon-gruyère.

Arrosez de crème, salez, poivrez, parsemez de beurre et enfournez au four 10 min (thermostat 7, 210°C).

TEMPS DE PRÉPARATION : 30MN
CUISSON : 10MN
TEMPS TOTAL : 40MN