





## Parole de jardinier

Notre vente directe est ouverte tout l'été sur le site de l'Esat de 10h à 13h30 Jean-Luc, Céline et Nicolas vont accueillir sur le site nous sommes présents au marché de Lézardrieux les vendredis matin



Composition de votre panier semaine «30» :

**Panier à 8€**

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,5 ×	POMME DE TERRE Nouvelles Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,50 €	2,75 €
1 ×	SALADE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
0,5 ×	COURGETTE LONGUE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	1,50 €
0,7 ×	TOMATE RONDE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,00 €	2,80 €
				<b>8,15 €</b>

**Panier à 15€**

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
1 ×	POMME DE TERRE Nouvelles Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,50 €	5,50 €
1 ×	SALADE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
1 ×	TOMATE RONDE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,00 €	4,00 €
0,3 ×	ECHALOTE NOUVELLES Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	10,00 €	3,00 €
1 ×	PERSIL FRISE 50 gr	FRANCE-Plourivo	1,00 €	1,00 €
0,25 ×	TOMATE CERISE ROUGE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	6,30 €	1,58 €
				<b>16,18 €</b>

**Panier à 10€**

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,6 ×	POMME DE TERRE Nouvelles Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,50 €	3,30 €
1 ×	SALADE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
0,5 ×	COURGETTE LONGUE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	1,50 €
0,8 ×	TOMATE RONDE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,00 €	3,20 €
1 ×	PERSIL FRISE 50 gr	FRANCE-Plourivo	1,00 €	1,00 €
				<b>10,10 €</b>

## RECETTE DE LA SEMAINE



### GRATIN DE COURGETTES ET TOMATES

#### INGRÉDIENTS

- 1kg de courgettes
- 2 grosses tomates
- 50 cl de crème fraîche
- 3 œufs
- Quelques feuilles de basilic
- 3 gousses d'ail
- 1 oignon
- Sel, poivre

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

#### PRÉPARATION

Dans un plat à gratin découper en fines rondelles les courgettes avec leur peau.

Couper grossièrement les tomates sur les courgettes.

Mixer ensemble les œufs, la crème fraîche, l'ail, l'oignon, et le basilic.

Saler et poivrer.

Répartir ce mélange sur les légumes et enfourner à 180° pendant 20mn.

Baisser ensuite à 150° et recouvrir de gruyère pour terminer la cuisson pendant 10mn.