



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



RESEAU COCAGNE





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



RESEAU COCAGNE



«nom» «prenom»

Votre lieu de dépôt : «lieuDepot»

«soldeEffectif»

# L'ECHO DES SALADES

## ANNEE 2019

### PAROLE DE JARDINIER

*Ces derniers temps, nous sommes attentifs aux cultures d'hiver qui se trouvent au champ de Penhoat.*

*Nous avons commencé à proposer du potimarron aux différentes Biocoop que nous fournissons ainsi qu'en vente directe.*

*Les autres courges, poireaux ainsi que les choux se portent bien.*

*Mi-septembre va commencer les gros « chantiers » récoltes : pommes de terre, courges, oignons, que nous allons stocker à l'Esat.*



*À vos recettes, ils arrivent !!!*



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



## Composition de votre panier semaine 36 :

### Panier à 10.00€

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarifs en €</i>
1 kg de tomates rondes	3 €
100 gr d'ail	1.2 €
600 gr d'oignons rouge	2 €
1 kg PDT Maiwen (grosses)	2.40 €
200 gr de tomates cerise	1.26
200 gr de poivrons vert	0.84 €
<b>Valeur du panier</b>	<b>10,70€</b>



### Panier à 15.00€

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarifs en €</i>
1.5 kg de tomates rondes	4.5 €
100 gr d'ail	1.20 €
600 gr d'oignons rouge	2 €
1 kg PDT Maiwen (grosses)	2.40 €
200 gr de tomates cerise	1.26 €
200 gr de poivrons vert	0.84 €
1 kg de courgettes	2.40 €
1 botte de persil	1 €
<b>Valeur du panier</b>	<b>15,60 €</b>



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



## RECETTE DE LA SEMAINE

Cette semaine, nous vous proposons la recette suivante :

### Gratin d'aubergine, poivrons et pomme de terre



#### Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 aubergine
- 1 poivron
- 1 oignon rouge
- 3 gousses d'ail
- 2 grosses pommes de terre ou 4 petites
- 4 tranches de gouda
- 1 bocal de sauce tomate
- Set / Poivre
- Herbes de Provence

#### Préparation :

1. Pelez et épépinez les poivrons, les couper en rondelles assez fines.  
Pelez l'aubergine et la couper en tranche.  
Épluchez les pommes de terre et le couper également en rondelles assez fines.  
Émincez les oignons en petits morceaux.
2. Dans un plat (huilé), disposez les rondelles de pomme de terre, au-dessus des rondelles d'aubergines, des oignons, de l'ail et les poivrons.
3. Arrosez de sauce tomate.  
Redisposez des rondelles de pomme de terre.  
Remettre un peu de sauce tomate.
4. Saupoudrez des épices diverses.  
Disposez les tranches de gouda.
5. Mettre au four à 150 c pendant 1h (bien surveiller et diminuer si nécessaire) (et si vous n'avez pas le temps précuire les pommes de terre parce que c'est ça qui prend le plus de temps).

**Bon appétit !**