



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



## Information :

**Devant le succès rencontré lors de la première vente de l'IME de Minihy Tréguier, les jeunes réitéreront la vente de leurs créations. Nous sommes certains que vous leur réserverez le meilleur accueil !**

Exposition-vente  
Créations des personnes accompagnées  
de L'IME de Minihy-Tréguier  
à L'ESAT du Pays de Paimpol

JEUDI 21 OCTOBRE 2021  
9h30-13h30

- \*Aquarelles
- \*Bijoux
- \*Décoration
- \*Créations tissus..





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



# L'ECHO DES SALADES

L'ECHO DES SALADES

## PAROLE DE JARDINIER



Résultat du concours de  
prépesée des courges !



Nos Portes-Ouvertes des 1 et 2 octobre ont connu un franc succès malgré une météo turbulente !  
Vous êtes venus nombreux visiter nos serres et nos ateliers.  
Le concours de soupesée des courges a engagé une cinquantaine de participants.

La courge Bleue de Hongrie pesait 6,750 kg et la courge Musquée de Provence 12,555 kg.  
Les heureux gagnants d'un panier de légumes sont :

**Monsieur Patrick MERCIER** de Plouagat pour la Bleue de Hongrie avec 6,700 kg.

**Monsieur Roland LE POURHIET** de Paimpol pour la Musquée de Provence avec 12,500 kg.

Gilles



6,750 kg



12,555 kgs



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



Composition de votre panier semaine «41» :

**Panier à 10.00€**

LEGUMES	Tarifs en €
Pommes de Terre Allians de conservation 1kg	2.20
Échalotes 500 gr	2.50
Poivrons Verts 500g	2.10
Carottes 500gr	1.75
Patates Douces 1kg	2.20
<b>Valeur du panier</b>	<b>10.75€</b>

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 €
Poivrons Verts 500g	2.10
Échalotes 500 gr	2.50
Patates Douces 1kg	2.20
Carottes 500gr	1.75
<b>Valeur du panier</b>	<b>8.55€</b>

**Panier à 15.00€**

LEGUMES	Tarifs en €
Pommes de Terre Allians de conserv. 1kg	2.20
Échalotes 500 gr	2.50
Patates Douces 1kg	2.20
Tomates Rondes 1kg	3.00
Carottes 500 gr	1.75
Poivrons Verts Carrés 500grs	2.10
Potimarron 800 gr	2.00
<b>Valeur du panier</b>	<b>15.75€</b>



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



## RECETTE DE LA SEMAINE



### **Crumble de patates douces**

Facile, Préparation 40 mn, Cuisson 30mn, Bon marché, Pour 4 personnes :

- Pommes de terre 1Kg
- Farine 60 gr
- Beurre 60 gr
- 1 gros oignon
- Ail en poudre
- Sel, poivre
- Parmesan ou fromage râpé 60gr (mixé fin de préférence)
- Crème fraîche 10 à 20 cl

### **Préparation :**

- ❖ Cuire les patates à l'eau
- ❖ Les égoutter et les écraser en purée en ajoutant sel, poivre et ail en poudre
- ❖ Faire revenir l'oignon coupé en morceaux à la poêle au beurre ou à l'huile d'olive 5 à 10 mns
- ❖ Dans une casserole mettre la purée avec les oignons et la crème à feu doux pendant 5 à 10 mns
- ❖ Dans un saladier mettre le beurre, la farine, le fromage et l'ail en poudre, malaxer du bout des doigts pour obtenir le crumble.
- ❖ Dans un plat, mettre la purée puis le crumble par-dessus en l'étalant de manière homogène afin de recouvrir totalement la purée.
- ❖ Enfourner à 180° sur grill pendant 8 à 10 mns