



---

*Merci pour votre participation pour la journée porte ouverte, Pour le poids du panier « peser c'est gagné »  
La gagnante est **Mme Marie-Pierre ROBIN**, le poids du panier était de 12.745 kg sur 54 participants !*

---



## A VOS AGENDAS !

*Merci de noter dans vos agendas que la semaine 44, semaine du **jeudi 1 Novembre 2018**, nous ne pourrons confectionner les paniers de légumes **du jeudi** pour livraison Lannion et Plérin.*

*Cependant pour les adhérents paniers **du mardi rien ne change !***

*Vous pourrez cependant nous retrouver sur le marché de Plouha le mercredi 30 Octobre 2018 (dernier marché de l'été)*

*Nous reprendrons la préparation des paniers dès la semaine 45 sur les jours habituels*

*En vous remerciant de votre compréhension*

*L'équipe des maraichers*



«nom» «prenom»

***Votre lieu de dépôt : «lieuDepot»***

«soldeEffectif»

# L'ECHO DES SALADES ANNEE 2018

SEMAINE NUMERO «43»

## **PAROLE DE JARDINIER**

Aujourd'hui, nous allons vous parler de la culture du poireau.  
Ce légume se plante à l'époque du mois de juin. Pour cette année-là, nous avons plantés 22 000 poireaux en 2 journées de travail, avec un outil attelé derrière un tracteur ou 4 opérateurs se chargeant de planter les plants de poireaux tous les 10 cm.

Ensuite, on revient sur la culture pour le désherbage manuel.

Après 5 mois passés, les poireaux sont de tailles idéales pour être récoltés. A partir d'octobre, toutes les semaines, nous préparons les poireaux, qui prend énormément de temps, puisqu'il faut les éplucher, les laver et couper les racines.

Thierry, Youen





## Composition de votre panier semaine «numeroSemaine» :

### Panier à 10.00€

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarifs en €</i>
500g épinards	2.50
300g de poivrons	1.50
200g d'échalotes	1.00
1 chicorée frisée	2.50
1 brocoli (500g)	1.65
500g de carottes	1.40
<b>1 bouquet de persil</b>	<i>offert</i>
<b>Valeur du panier</b>	<b>10.55€</b>



### Panier à 15.00€

<b>LEGUMES</b>	<b>Tarifs en €</b>
750g épinards	3.75
300g de poivrons	1.50
400g d'échalotes	2.00
1 chicorée frisée	2.50
1brocoli (env 500g)	1.65
500g de carottes	1.40
1.5kg pommes de terre « Maiwen »	3.00
1 bouquet de persil	<i>offert</i>
<b>Valeur du panier</b>	<b>15.80€</b>



## RECETTE DE LA SEMAINE

Cette semaine, nous vous proposons une tarte aux épinards et chèvre.

**Temps :** 1h      **Préparation :** 20 min      **Cuisson :** 45 min

### Ingrédients :

- [poivre](#)
- [basilic](#)
- [moutarde](#)
- [sel](#)
- pâte brisée
- 4 [œufs](#)
- 1 [bûche de chèvre](#)
- [crème fraîche](#)
- 400 g d'[épinards hachés](#) ou en branches

### Préparation :

#### 1. ÉTAPE 1 :

Dans un moule à tarte étaler la pâte brisée et la recouvrir d'une couche de moutarde

#### 2. ÉTAPE 2 :

Répartir les épinards au fond du moule.

Disposer par-dessus des tranches de bûche de chèvre.

Parsemer de basilic.

#### 3. ÉTAPE 3 :

Dans un récipient battre les œufs, la crème (environ 3 cuillères à soupe), sel et poivre.

Verser ce mélange par-dessus les épinards et le chèvre.

#### 4. ÉTAPE 4 :

Faire cuire environ 45 min à 180°.