



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





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



RESEAU COCAGNE



«nom» «prenom»

Votre lieu de dépôt : «lieuDepot»

«soldeEffectif»

L'ECHO DES SALADES

ANNEE 2020

PAROLE DE JARDINIER

Année de foin année de rien !

Cette année il y a eu beaucoup de foin.

Comme disaient les anciens, année de foin année de rien.

Avec la sécheresse de cette année les poireaux n'ont pas poussé comme il le faudrait sans arrosage.

Les carottes ont été arrosées, les haricots également.

Aujourd'hui avec excès d'eau les carottes éclatent et pourrissent dans le sol. En caisses,

nous sommes obligés de les retrier.

Les choux ont été arrosés à la tonne à eau, ils sont beaux.

Lionel et Camille



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



Composition de votre panier semaine «...» :

Panier à 10.00€

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarifs en €</i>
2 salades	2.20€
Epinards 350 g	1.86€
Oignons rouges 300g	1.00€
Pomme de terre douce 500 g	2.35€
Poireaux 500g	1.50€
Carottes 500g	1.75€
Valeur du plateau	10.66€



Paniers solidaires 8 €:

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarif en €</i>
<i>Epinards 350g</i>	<i>1.86€</i>
<i>Oignons rouge 350g</i>	<i>1.00€</i>
<i>Pomme de terre douce 500g</i>	<i>2.35€</i>
<i>Poireaux 500g</i>	<i>1.50€</i>
<i>Carottes 500g</i>	<i>1.75€</i>
<i>Valeur du panier</i>	<i>8.46€</i>

Panier à 15.00€

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarifs en €</i>
2 salades	2.20€
Epinard 500g	2.65€
Oignons rouge 500g	1.68€
Pommes de terre douce 500g	2.35€
1kg de poireaux	3.00€
1kg de carottes	3.50€
Valeur du panier	15.58€



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



RECETTE DE LA SEMAINE

Cette semaine, nous vous proposons
« Soupe de poireaux et de carottes »

Ingrédients

5 poireaux

5 carottes

6 pommes de terre

1 oignon

Gros sel



1. Éplucher les légumes, mettre de l'eau et du gros sel dans la marmite.
2. Mettre les légumes et les faire cuire.
3. Mixez le tout, vous pouvez rajouter des petits croûtons de pain et du gruyère.