





🥔🥔 Parole de jardinier : 🥔🥔

🌟 Ça y est ! Nos semences de pommes de terre primeur sont arrivées ! 🌟

Nous allons devoir patienter et attendre environ 3 semaines pour qu'elles puissent germer. Une fois les germes bien développés, nous les planterons dans l'une de nos serres. Auparavant il faudra bien nourrir le sol mais aussi bien le travailler. La terre doit être suffisamment fine tout en gardant suffisamment d'eau pour que la pomme de terre puisse se développer facilement.

La nouveauté cette année : c'est cette pomme de terre ROUGE/ROSEE, de la variété rubis. Nous espérons qu'elle vous plaira. Sa chaire est tendre et très savoureuse 😊

Nous avons hâte de les savourer !

Composition de votre panier semaine «47» :

Prix 15,00 €

Produits

Panier à 15€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,1 ×	MACHE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	12,00 €	1,20 €
1 ×	CHOU VERT LISSE CABU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
0,7 ×	EPINARD ET TETRAGONE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,30 €	3,71 €
1 ×	COURGE POTIMARRON	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
1 ×	POIREAU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
0,7 ×	POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,20 €	1,54 €
				15,45 €

Prix 10,00 €

Produits

Panier à 10€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,1 ×	MACHE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	12,00 €	1,20 €
1 ×	CHOU VERT LISSE CABU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
0,4 ×	EPINARD ET TETRAGONE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,30 €	2,12 €
1 ×	COURGE POTIMARRON	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
0,4 ×	POIREAU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	1,20 €
				10,52 €

Panier à 8€

Produits

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,1 ×	MACHE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	12,00 €	1,20 €
1 ×	CHOU VERT LISSE CABU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
1 ×	COURGE POTIMARRON	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
0,4 ×	OIGNON JAUNE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,90 €	1,16 €
				8,36 €

RECETTE DE LA SEMAINE



SALADE THAÏ DE CHOU BLANC

INGRÉDIENTS

- ½ chou blanc
- 300g de crevettes cuites
- 1 oignon rouge
- 2 avocats
- 200g de champignons de Paris
- 1 boîte d'ananas au sirop

Assaisonnement :

- 4 c-à-s d'huile d'olive
- 6 c-à-s de lait de coco
- 3 c-à-s de vinaigre balsamique
- 1 c-à-c de gingembre frais
- 1 c-à-c de citronnelle émincée
- Sel et poivre.

TEMPS DE PRÉPARATION : 30MN
TEMPS TOTAL : 1HMN

PRÉPARATION

Peler et presser le gingembre

Mélanger tous les ingrédients de l'assaisonnement dans un saladier

A jouter les crevettes et réserver.

Rincer et couper le chou blanc en fines lanières

Peler et émincer l'oignon rouge

Détailler les avocats en cubes

Rincer et couper les champignons en lamelles,

Egoutter les tranches d'ananas et couper les en 6.

Verser le tout dans le saladier. Poivrer généreusement et mélanger.

Placer 30mn au frais avant de servir.