



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





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



«nom» «prenom»

Votre lieu de dépôt : «lieuDepot»

«soldeEffectif»

# L'ECHO DES SALADES

## ANNEE 2019

### PAROLE DE JARDINIER

*Nous avons commencé à restaurer les serres. Certaines sont plus âgées que d'autres mais résiste quand même à notre météo bretonne. Les deux dernières serres que nous avons construites on encore plusieurs belles années avant d'être à réparer. Pour ceux qui est des premières elles auront 10 ans l'année prochaine. Sur ces deux bi tunnels une entreprise est en train de changer les bâches des portes et des rideaux. Ces rideaux nous servent à ouvrir l'été quand il fait trop chaud ou bien quand on arrose par aspersion pour évacuer l'humidité qu'il reste. Nous avons aussi à réparer les dégâts du vent qui quand il y a un petit trou dans la bâche l'agrandit et déchire la bâche en entier.*

*Lucie*



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

SEMAINE NUMERO «47»



## Composition de votre panier semaine «48» :

### Panier à 10.00€

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarifs en €</i>
Chicoré frisée	2.5€
500g d'oignons rosés	1.7€
1 chou romanesco	2.8€
1kg de carottes	2.8€
1 radis noirs	0.80€
Bouquet de persil	offert
<b>Valeur du panier</b>	<b>10.60€</b>



### Panier à 15.00€

<b>LEGUMES</b>	<b>Tarifs en €</b>
Chicoré frisée	2.50€
Choux romanesco	2.80€
1kg de carottes	2.80€
800g d'oignons rosée	2.70€
1 radis noirs	0.80€
1kg de courge délicata	2.50€
800g de pdt	1.60€
Bouquet de persil	offert
<b>Valeur du panier</b>	<b>15.76€</b>



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



## **RECETTE DE LA SEMAINE**

**Cette semaine, nous vous « chou romanesco sauce amande »**

**Ingrédients** : -chou romanesco, 50g d'amandes en poudre, 40cl de lait, 1 cuil. à café de fécule de maïs, 10cl de crème fraîche, sel et poivre.

**Préparation** : -Détailler le chou en bouquets et le laver à l'eau vinaigrée. Cuire les têtes à la vapeur 10 minutes. Préparer la sauce : diluer la fécule de maïs dans un peu d'eau. Mettre la poudre d'amande dans une casserole, ajouter le lait et la fécule de maïs. Saler et poivrer.

Chauffer à feu doux et fouetter jusqu'à obtention d'une sauce onctueuse.

Ajouter la crème fraîche.

Au moment de servir, mettre le chou dans un plat de service et napper de sauce.

Bon appétit !!!



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

