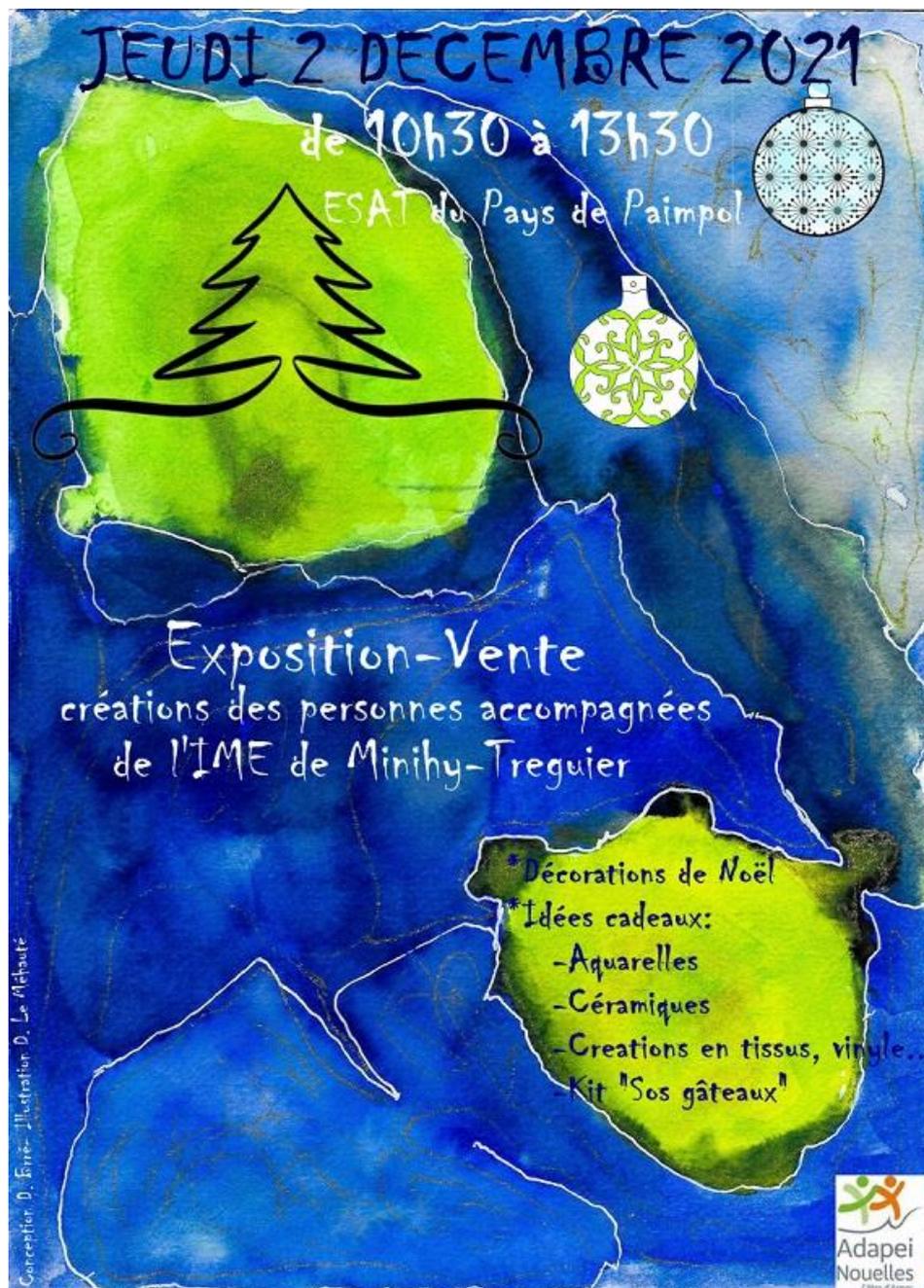


Information :

Stand de l'IME de Minihy-Tréguier – C'est jeudi ! :



JEUDI 2 DECEMBRE 2021
de 10h30 à 13h30
ESAT du Pays de Paimpol

Exposition-Vente
créations des personnes accompagnées
de l'IME de Minihy-Tréguier

* Décorations de Noël
* Idées cadeaux:
- Aquarelles
- Céramiques
- Créations en tissus, vinyle...
- Kit "Sos gâteaux"

Conception D. Biré - Illustration D. Le Méhauté



L'ECHO DES SALADES

PAROLE DE JARDINIER



Photo de gauche :
Yves en compagnie de Fanny à la Biocoop de Paimpol.

Photo de droite :
Christian en compagnie de Maelwenn à la Biocoop de Tréguier.



Journée Duoday du 18 novembre 2021 :

Malgré le contexte sanitaire, le groupe Biocoop Lunesol de Paimpol et Tréguier reste un acteur économique engagé en cette journée importante pour l'emploi des personnes en situation de handicap. Ce jour particulier contribue à faire évoluer les regards sur « emploi et handicap ». Car il est essentiel de regarder les personnes en situation de handicap pour ce qu'elles sont et non pour ce qu'elles ne sont pas. Une journée particulière aussi pour Yves et Christian qui sont allés découvrir une activité en milieu ordinaire, la vente de produits biologiques dans cette enseigne reconnue qu'est Biocoop.

<https://www.duoday.fr/2-duoday-on-vous-explique-tout.htm>

Composition de votre panier semaine «48» :

Panier à 10.00€

LEGUMES	Tarifs en €
Choux de Bruxelles 500gr <i>En conversion vers l'agriculture biologique</i>	2.25
Pommes de terre Grenaille 1,5 kg	1.50
Carottes 800gr	2.80
Courge Sucrine du Berry 1kg	2.50
Salade Batavia verte	1.10
Valeur du panier	10.15€

Notre
composition de
légumes est
susceptible d'être
modifiée en
fonction de nos
récoltes ... merci
de votre
compréhension

Panier à 15.00€

LEGUMES	Tarifs en €
Carottes 1,3kg	4.55
Pommes de terre Grenaille 2 kg	2.00
Choux de Bruxelles 500gr <i>En conversion vers l'agriculture biologique</i>	2.25
Cotes de Blettes 500gr	2.00
Courge Sucrine du Berry 1kg	2.50
2 Salades Batavia verte	2.20
Valeur du panier	15.50€

Panier solidaire à 8€

LEGUMES	Tarifs en €
Choux de Bruxelles 500gr <i>En conversion vers l'agriculture biologique</i>	2.25
Carottes 700gr	2.45
Courge Sucrine du Berry 1kg	2.50
Salade Batavia verte	1.10
Valeur du panier	8.30€



RECETTE DE LA SEMAINE



Citrouillat Berrichon : la tourte aux courges

Préparation : 30 minutes, Repos : 24 heures, Cuisson : 30 minutes

Ingrédients pour 6 personnes :

- 1 kg de courge Sucrine du Berry
- 1 oignon
- 300 g de lardons
- 2 rouleaux de pâte feuilletée
- Quelques brins de persil
- 4 pincées de muscade
- 1 jaune d'œuf
- 20 cl de crème fraîche
- Sel et poivre

Préparation :

1. La veille, épluchez la courge et coupez-la en petits dés.
2. Salez-les, enveloppez-les dans un linge propre. Nouez-le et suspendez-le au robinet.
3. Faites "pleurer" toute la nuit.
4. Le lendemain, faites revenir lardons, dés de courge essuyés et oignon émincé.
5. Étalez sur de la pâte feuilletée, salez, poivrez, parsemez de muscade et de persil ciselé.
6. Couvrez de pâte feuilletée. Dorez au jaune d'œuf, creusez une cheminée en insérant un petit tube de papier sulfurisé (voir photo).
7. Faites cuire 30 min à four chaud à 210 °C (th. 7).
8. Versez la crème fraîche par la cheminée, inclinez dans tous les sens.
9. Servez chaud.