

Modification du planning ...car c'est bientôt Noël !

Les Fêtes approchent, notre période de fermeture aussi !

Nous vous rappelons que l'établissement sera fermé du 21 décembre au 2 janvier inclus.

Comme à l'accoutumée, il n'y aura pas de paniers semaine 52.

Quant à la semaine 1, nous rencontrerons des difficultés à récolter dans les temps les légumes périssables. Par conséquent, des légumes dits "secs" seront livrés (pommes de terre, carottes, oignons, etc.)





L'Écho des salades



Parole de jardinier



Cette semaine, Yves prépare la terre dans une des serres en vue de planter les semences germées de pommes de terre nouvelles.

Pour cela, il utilise la herse rotative afin de casser les mottes !

Les pommes de terre germées seront mises avant la fin du mois.

Si tout va bien, les premières récoltes auront lieu fin mars début avril si tout va bien !

Miam....



Composition de votre panier semaine «50» :

Panier à 10.00€

LEGUMES	Tarifs en €
Mâche 200gr	2.40€
Navet violet 500gr	1.25€
Chou romanesco 1 pièce	3.30€
Poireau 600gr	1.80€
Pomme de terre de conservation Allians 700gr	1.54€
Valeur du panier	10.29€

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

Panier solidaire à 8€

Panier à 15.00€

LEGUMES	Tarifs en €
Mâche 300gr	3.60€
Navet violet 800gr	2.00€
Pomme de terre de conservation Allians 1kg	2.20€
Chou romanesco 1 pièce	3.30€
Carotte 500gr	1.75€
Poireau 800gr	2.40€
Valeur du panier	15.25€

LEGUMES	Tarifs en €
Mâche 100gr	1.20€
Navet violet 500gr	1.25€
Chou romanesco 1 pièce	3.30€
Poireau 500gr	1.50€
Pomme de terre de conservation Allians 700gr	1.54€
Valeur du panier	8.79€

Recette de la semaine



PORC ET JARDINIÈRE DE LÉGUMES FAÇON GRAND-MÈRE

INGRÉDIENTS

- 600g de porc à braiser
- 6 carottes
- 2 navets
- 6 pommes de terre
- 400g petits pois
- 1 laitue
- 4 oignons
- 6 gousses d'ail ; 1 bouquet garni ; sel et poivre.

TEMPS DE PRÉPARATION:
15MN
TEMPS DE CUISSON
45MN
TEMPS TOTAL :1H

PRÉPARATION

Eplucher tous les légumes et les couper en petits morceaux.

Effeuillez et lavez la salade.

Dans une cocotte minute, faire dorer la viande sur toutes les faces avec un peu de matière grasse.

Réserver dans un plat.

Faire rissoler l'ail et les oignons. Il faut que tout soit bien doré.

Remettre la viande avec les légumes (sauf les pommes de terre et les petits pois). Couvrir d'eau, ajouter le bouquet garni. Saler poivrer et fermer cocotte.

Faire cuire à feu vif 20mn.

Au bout de ce temps, ajouter les pommes de terre et petits pois puis remettre sous pression pendant 15mn.

Vous pouvez à présent visualiser, imprimer et télécharger au format PDF toutes nos recettes en sélectionnant le légume ou le fruit de votre choix à partir du menu « Idées pour cuisiner » puis « Cuisiner nos produits » ! Pour ce faire, il vous suffit de cliquer sur l'image du légume ou du fruit.

<https://esatco.cocagnebio.fr/cuisiner-nos-produits>