

Bonnes fêtes

à vous tous !





🥦 🥦 Parole de jardinier : 🥦 🥦

⚡ **Attention ! Les livraisons de paniers reprendront semaine 2** ⚡

Nous fermons nos portes en fin d'année. Les livraisons reprendront **mardi 7** et **jeudi 9 janvier**.

Ce sont les derniers paniers de l'année, préparés ici dans l'atelier par Lucie et Frédéric.

Des paniers que nous avons agrémentés d'un pot de miel des ruches de l'Esat 🍯

Cette année aura été bonne en termes de récolte avec 120 kg prélevés sur nos ruchers, par l'atelier Apiculture.

L'occasion de tester de nouvelles recettes, pour sublimer les poireaux par exemple... 😊

## Composition de votre panier semaine 51 :

### Panier à 15€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
1 ×	POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,20 €	2,20 €
1 ×	MIEL POT 200 gr	FRANCE	3,50 €	3,50 €
0,4 ×	EPINARD ET TETRAGONE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,30 €	2,12 €
1 ×	POIREAU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	3,00 €
0,6 ×	ECHALOTE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,50 €	3,30 €
1 ×	SALADE BATAVIA VERTE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
				<b>15,22 €</b>

### Panier à 10€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,6 ×	POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,20 €	1,32 €
0,4 ×	ECHALOTE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,50 €	2,20 €
1 ×	MIEL POT 200 gr	FRANCE	3,50 €	3,50 €
0,4 ×	EPINARD ET TETRAGONE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,30 €	2,12 €
0,4 ×	POIREAU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	1,20 €
1 ×	SALADE BATAVIA VERTE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
				<b>11,44 €</b>

### Panier à 8€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,5 ×	POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,20 €	1,10 €
0,3 ×	ECHALOTE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,50 €	1,65 €
0,4 ×	POIREAU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	1,20 €
1 ×	MIEL POT 200 gr	FRANCE	3,50 €	3,50 €
1 ×	SALADE BATAVIA VERTE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
				<b>8,55 €</b>

## RECETTE DE LA SEMAINE



### QUICHE POIREAUX MIEL CURRY

#### INGRÉDIENTS

- 1 pâte feuilletée
- 2 poireaux
- 2 c.à.c de miel
- curry
- 2 œufs
- 20 cl de crème fraîche
- 15 gr de margarine...ou de beurre !
- 50 gr de gruyère

**TEMPS DE PRÉPARATION : 15MN**  
**TEMPS DE CUISSON : 25MN**  
**TEMPS TOTAL : 40MN**

#### PRÉPARATION

Faites fondre la margarine (ou le beurre...) dans une poêle puis ajoutez les poireaux coupés en rondelles. Laissez cuire le temps que les poireaux deviennent fondants. Pendant ce temps, faites préchauffer la pâte feuilletée à 180°C (thermostat 6) pendant 20 minutes.

Une fois les poireaux fondants, ajoutez le miel et mélangez.

Puis, ajoutez le curry.

Dans un bol, mélangez les œufs et la crème fraîche, salez et poivrez.

Coupez le gruyère en petits dés.

Une fois la pâte feuilletée précuite, ajoutez les poireaux, le gruyère puis versez la crème fraîche par-dessus.

Faites cuire à 200°C (thermostat 7) pendant 25 minutes