



## Composition de votre panier semaine «5» :

### Panier à 10.00€

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarifs en €</i>
Mélange salade 100g	1.10
1kg de pomme de terre eden	2.00
600g de choux de bruxelles	2.70
600g d'oignons jaunes	1.74
1kg de courge	2.50
<b>Valeur du panier</b>	<b>10.04</b>

### Panier à 15.00€

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarifs en €</i>
Mélange salade 200g	2.20
1.5kg de pomme de terre eden	3.00
1kg de choux de bruxelles	4.50
800g d'oignons jaunes	2.32
1.5kg de courges	3.75
<b>Valeur du panier</b>	<b>15.77</b>





«nom» «prenom»

Votre lieu de dépôt : «lieuDepot»

«soldeEffectif»

# L'ECHO DES SALADES

## ANNEE 2018

SEMAINE NUMERO «5»

### PAROLE DE JARDINIER

Depuis un moment déjà, le temps n'est pas très clément. Déjà en fin d'année dernière nous avons subi quelques intempéries.

La bâche de la serre 1 était complètement déchirée en son milieu. Cette serre est un bi-tunnel c'est-à-dire qu'elle possède deux bâches qui se relient en leurs centres pour former une seule grande serre.

Avant les vacances de fêtes de fin d'année nous avons commandé une nouvelle bâche et l'avons changé. Nous avons aussi loué une mini pelle qui nous a permis de creuser des tranchées afin d'évacuer l'eau qui stagnait dans les serres.

Ainsi derrière nos serres nous avons de jolies lignes sans herbes afin que l'eau puisse s'écouler.

***« Nous espérons que le climat va changer même si l'eau est essentielle pour nos cultures. »***

**Lucie et Frédéric**





## RECETTE DE LA SEMAINE

Cette semaine, Frédéric vous propose sa recette :

De choux de Bruxelles au lard en cocotte

### Ingrédients :

\_ 500g de choux de Bruxelles

\_ 250g de lard fumé

\_ 2 échalotes

\_ 100g de beurre

\_ Muscade

\_ Sel et poivre

### Préparation :

\_ Préparer d'abord les choux de Bruxelles

\_ Les nettoyer, puis les laver en les plongeant dans plusieurs bains d'eau froide. Les mettre ensuite à cuire 15 à 20 min dans une casserole d'eau bouillante salée. En fin de cuisson, les passer sous l'eau froide courante afin de les refroidir, puis les mettre à égoutter.

\_ Détailler le lard en lardons, puis les faire revenir dans une cocotte beurrée et les laisser rissoler. Peler puis hacher les échalotes et les jeter dans la cocotte avec les lardons pour les faire colorer. Ajouter ensuite les choux de Bruxelles, les faire revenir avec le reste de la préparation.

\_ Assaisonner en saupoudrant de sel, poivre et noix de muscade.

\_ Bien remuer et servir immédiatement.