





Parole de jardinier 🧑🌾🧑🌾

Depuis trois mois, trois de nos serres étaient à terre avec la tempête Ciara.

L'entreprise Sodiserre est venue pour les démonter et rebâcher la quatrième serre.

Nous avons réfléchi à leur nouvelle implantation et avons décidé de ne plus les remettre à cet endroit en raison des vents.

Nous avons décidé de les implanter de l'autre côté des bâtiments avec les autres serres sur la même parcelle.

Et à l'emplacement devenu libre, nous cultiverons nos légumes en plein champs.

2024 s'annonce donc sous le signe de la nouveauté pour continuer de vous offrir des légumes de qualité

FRED & GWENOLEE

Avant



Après



Composition de votre panier semaine «07» :

Panier à 8€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
1 ×	SALADE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
0,5 ×	NAVET VIOLET Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,50 €	1,25 €
0,4 ×	ECHALOTE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,00 €	2,00 €
1 ×	CHOU FRISE DE MILAN	FRANCE-Plourivo	2,30 €	2,30 €
0,5 ×	CAROTTE TERRE Vrac 1 kg	FRANCE-	3,50 €	1,75 €
				8,40 €

Panier à 15€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
1 ×	SALADE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
0,8 ×	NAVET VIOLET Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,50 €	2,00 €
0,8 ×	ECHALOTE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,00 €	4,00 €
1 ×	CHOU FRISE DE MILAN	FRANCE-Plourivo	2,30 €	2,30 €
1 ×	CAROTTE TERRE Vrac 1 kg	FRANCE-	3,50 €	3,50 €
1 ×	POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,20 €	2,20 €
				15,10 €

Panier à 10€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
1 ×	SALADE	FRANCE-Plourivo	1,10 €	1,10 €
0,7 ×	NAVET VIOLET Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,50 €	1,75 €
0,5 ×	ECHALOTE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,00 €	2,50 €
1 ×	CHOU FRISE DE MILAN	FRANCE-Plourivo	2,30 €	2,30 €
0,7 ×	CAROTTE TERRE Vrac 1 kg	FRANCE-	3,50 €	2,45 €
				10,10 €

RECETTE DE LA SEMAINE

... Besoin d'une idée de recette ?



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



KIG HA FARZ

INGRÉDIENTS

- 1/2 kg de jarret de porc ; 1 morceau de lard (environ 300 g) ; 1 morceau de boeuf (environ 300 g) ; 1 chou ; quelques carottes ; 1 navet ; 4 oignons ; 500 g de farine de blé noir ; lait ; 50 g de beurre ; 2 œufs ; 250 g de crème fraîche ; 1 cuil. à soupe de gros sel

TEMPS DE PRÉPARATION : 45MN
TEMPS DE CUISSON : 3H
TEMPS TOTAL : 3H45MN

PRÉPARATION

Eplucher les légumes, puis les déposer avec la viande dans une grande cocotte ou un fait-tout rempli d'eau.

Allumer le feu sous la cocotte et laisser cuire ainsi tel un pot-au-feu au moins 1 heure.

Délayer la farine avec les œufs ainsi qu'un peu de lait dans lequel vous aurez ajouté du gros sel et fait fondre le beurre .

Ajoutez de la crème.

Glissez la pâte dans un sac de toile que vous ficellez soigneusement. Plongez-le dans la cocotte et laissez cuire l'ensemble au moins 2 heures.

Émietter la pâte et la servir dans des assiettes creuses avec un ou plusieurs morceaux de viande, quelques légumes et une bonne dose de bouillon.

Debret Mat !