



Composition de votre panier semaine 9 :

Panier à 10.00€

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarifs en €</i>
500g d'épinards ou 1kg de navets boule d'or	2.65 €
500g d'oignons	1.45 €
2kg de pomme de terre grenailles	2.00 €
1 kg de courges	2.50 €
1 batavia	1.10 €
2 radis noirs	1.00 €
<b>Valeur du panier</b>	<b>10.75 €</b>



Panier à 15.00€

<i>LEGUMES</i>	<i>Tarifs en €</i>
1 kg d'épinards	5.30 €
800g d'oignons jaunes	2.30 €
3 kg de pomme de terre grenaille	3.00 €
1.50 kg de courges	3.75 €
1 batavia	1.10 €
2 radis noirs	1.00 €
<b>Valeur du panier</b>	<b>16.45 €</b>



**HAGAREL Marianne**

**Votre lieu de dépôt : Plérin COHESIO**

**Vous nous devez: 10.00 euros**

# L'ECHO DES SALADES

## ANNEE 2018

### **PAROLE DE JARDINIER**

***Nous sommes allés visiter SODISER à PLELO, un fabricant de serres.***

***Ils nous ont présenté le matériel de fabrication. Puis nous sommes allés à PLEUBIAN voir une serre déjà montée.***

***« Nous avons conclu un marché avec SODISER et 2 serres seront montées dans le nouveau champ que nous venons d'acquérir. »***

***Ce champ est certifié BIO depuis cette année.***

***Jean Luc***



## SEMAINE NUMERO 9

### RECETTE DE LA SEMAINE

#### Ingrédients :

1 pâte brisée ou feuilletée  
250 g d'épinards frais en branches  
250 g de lardons fumés  
3 œufs  
40 cl de crème fraîche  
70 g de gruyère râpé  
Muscade  
Poivre, Sel

#### Temps de préparation : 45 min et Cuisson : 30 min

**1 Faire cuire les épinards dans un fait-tout une dizaine de minutes puis les égoutter dans une passoire.**

**2 Attention bien Les presser pour les égoutter.**

**3 Dérouler la pâte et piquez-la à la fourchette.**

**4 Faire revenir légèrement les lardons dans une poêle.**

**5 Préchauffer le four à 210°C (thermostat 7).**

**Dans un saladier, battre les œufs avec la crème fraîche.**

**Saler légèrement, poivrer,**

**Ajouter la noix de muscade.**

**6 Incorporer les épinards, les lardons et le fromage râpé.**

**Mélanger.8 Verser sur la pâte et enfourner 30 min, en surveillant que ce soit bien doré.**