



L'ECHO DES SALADES

Le panier de la semaine 30

Panier à 10,00 euros

Légumes	Prix		
Carottes 1 botte	2,00€		
Poivrons 500g	1,75		
Concombres	1,50 € les 2		
Courgettes 1 kg	2,00 €		
Tomates 1kg	2,30 €		
1 salade	1,00 €		
Pommes de terre 800g	1,60 €		
Total	12,15 €		

Panier à 15,00 euros

Légumes	Prix		
Carottes 1 botte	2,00€		
Poivrons 700g	2,45 €		
Concombres	3,00 € les 4		
Courgettes 1kg	2,00 €		
Pommes de terre 1kg	2,00 €		
2 salades	2,00 €		
Tomates 1,5 kg	3,40 €		
Total	16,85 €		

En cadeau, une botte d'oignons à 2,00 €

Parole de jardinier : « Jour de marché à l'ESAT... »

Aujourd'hui, j'ai envie de parler de la préparation de vos paniers. J'apprécie ce moment de travail en équipe pendant lequel, tous ensemble, nous trions, comptons, pesons, prenons grand soin à la présentation... Puis c'est la vente : peur de ne pas réussir à rendre correctement la monnaie, peur de mal peser... alors je sers les paniers du mardi qui sont étiquetés avec les noms. J'apprécie ce moment de rencontre, je discute avec les clients qui viennent à L'ESAT et sont tous aimables avec nous.

Tanguy



L'ECHO DES SALADES

Le panier de la semaine 30

Panier à 10,00 euros

Légumes	Prix		
Carottes 1 botte	2,00€		
Poivrons 500g	1,75 €		
Concombres	1,50 € les 2		
Courgettes 1 kg	2,00 €		
Tomates 1 kg	2,30 €		
1 salade	1,00 €		
Pommes de terre 800g	1,60€		
Total	12,15 €		

Panier à 15,00 euros

Légumes	Prix		
Carottes 1 botte	2,00€		
Poivrons 700g	2,45 €		
Concombres	3,00 € les 4		
Courgettes 1kg	2,00 €		
Pommes de terre 1kg	2,00 €		
2 salades	2,00 €		
Tomates 1,5 kg	3,40 €		
Total	16,85 €		

En cadeau, une botte d'oignons à 2,00€

Parole de jardinier : « Jour de marché à l'ESAT... »

Aujourd'hui, j'ai envie de parler de la préparation de vos paniers. J'apprécie ce moment de travail en équipe pendant lequel, tous ensemble, nous trions, comptons, pesons, prenons grand soin à la présentation... Puis c'est la vente : peur de ne pas réussir à rendre correctement la monnaie, peur de mal peser... alors je sers les paniers du mardi qui sont étiquetés avec les noms. J'apprécie ce moment de rencontre, je discute avec les clients qui viennent à L'ESAT et sont tous aimables avec nous.

Tanguy

Cette semaine, Tanguy nous propose sa recette du sud : « *Tomates farcies aux herbes* »

Cette semaine, Tanguy nous propose sa recette du sud: « *Tomates farcies aux herbes* »

Ingrédients : Tomates ; pâte feuilletée ; laurier ; thym ; romarin ; sarriette ; sel et poivre.

Préparation : Evider les tomates et les farcir avec un mélange d'herbes fraîches : ½ feuille de laurier, une belle brindille de thym, un fin bouquet de romarin et une branche de sarriette.

Positionner-les sans les serrer et arroser-les d'un généreux filet d'huile d'olive avant de les enfourner (Th 6). Cuisez-les une bonne heure et les servir bien composées avec un filet de thon poêlé, un lapin à la broche ou autre...

Bon appétit !



Pascal-Yves et Tanguy préparent vos paniers

Petit message : « PUB !!! »

Profitez de l'été pour parler de nos paniers !

Au-delà de l'intérêt que vous portez à l'agriculture biologique, par l'achat des paniers, vous êtes aussi acteurs d'un projet social important pour les personnes que nous employons à l'ESAT.

ESAT ATELIERS DES 2 RIVIERES

Tel. : 02 96 55 41 30 contact@les2rivieres.fr

Ingrédients : Tomates ; pâte feuilletée ; laurier ; thym ; romarin ; sarriette ; sel et poivre.

Préparation : Evider les tomates et les farcir avec un mélange d'herbes fraîches : ½ feuille de laurier, une belle brindille de thym, un fin bouquet de romarin et une branche de sarriette.

Positionner-les sans les serrer et arroser-les d'un généreux filet d'huile d'olive avant de les enfourner (Th 6). Cuisez-les une bonne heure et les servir bien composées avec un filet de thon poêlé, un lapin à la broche ou autre...

Bon appétit!



Pascal-Yves et Tanguy préparent vos paniers

Petit message : « PUB !!! »

Profitez de l'été pour parler de nos paniers !

Au-delà de l'intérêt que vous portez à l'agriculture biologique, par l'achat des paniers, vous êtes aussi acteurs d'un projet social important pour les personnes que nous employons à l'ESAT.

ESAT ATELIERS DES 2 RIVIERES

Tel. : 02 96 55 41 30 contact@les2rivieres.fr
