



L'écho des salades

Le panier de la semaine 2 Année 2015

Panier à 10.00 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
Mélange salade	1€
1 courge	2.50€
120g de mâche	1.20€
1kg poireaux	2.50€
1kg de pdt	2€
300g d'échalotes	1.50€
Valeur du panier	10.70€

Légumes	Prix
Mélange salade	1 €
1 courge	2.50€
120g de mâche	1.20€
1.5kg poireaux	3.75€
1.5kg pdt	3€
500g oignons rosés	1.40€
600g de carottes	1.50€
300g d'échalotes	1.50€
Valeur du panier	15.85€

Parole de jardinier

Après cette période de fêtes, nous recommençons sur de bonnes bases pour vous proposer nos beaux légumes et de nouveaux légumes tout au cours de cette année 2015 que nous espérons prospère et riche en saveurs nouvelles qui vous plairons. Mathieu et Lucie



L'écho des salades

Le panier de la semaine 2 Année 2015

Panier à 10.00 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
Mélange salade	1€
1 courge	2.50€
120g de mâche	1.20€
1kg de poireaux	2.50€
1 kg de pdt	2€
300g d'échalotes	1.50€
Valeur du panier	10.70€

Légumes	Prix
Mélange salade	1€
1 courge	2.50€
120g de mâche	1.20€
1.5kg de poireaux	3.75€
1.5kg de pdt	3€
300g d'échalotes	1.50€
500g d'oignons rosés	1.40€
600g de carottes	1.50€
Valeur du panier	15.85€

Parole de jardinier

Après cette période de fêtes, nous recommençons sur de bonnes bases pour vous proposer nos beaux légumes et de nouveaux légumes tout au cours de cette année 2015 que nous espérons prospère et riche en saveurs nouvelles qui vous plairons. Mathieu et Lucie

Cette semaine nous vous proposons :

Ingrédients :

5 pommes_de_terre

- 1/2 courge

- 10 cl de crème fraîche ou du lait

- sel, poivre

Couper la courge en morceaux de 3 cm environ, puis l'éplucher (c'est plus facile et ça va plus vite) Éplucher ensuite les pommes de terre.

Mettre le tout dans une cocotte minute (ou un fait-tout) 15 minutes environ, puis vérifier la cuisson des légumes en plantant un couteau dedans.

Il doit y rentrer facilement.

Une fois les légumes cuits, les passer dans un presse-purée, saler et poivrer selon votre goût, ajouter la crème fraîche ou le lait (selon la consistance voulue).



Bonne année 2015

Cette semaine nous vous proposons :

Ingrédients :

5 pommes_de_terre

- 1/2 courge

- 10 cl de crème fraîche ou du lait

- sel, poivre

Couper la courge en morceaux de 3 cm environ, puis l'éplucher (c'est plus facile et ça va plus vite) Éplucher ensuite les pommes de terre.

Mettre le tout dans une cocotte minute (ou un fait-tout) 15 minutes environ, puis vérifier la cuisson des légumes en plantant un couteau dedans.

Il doit y rentrer facilement.

Une fois les légumes cuits, les passer dans un presse-purée, saler et poivrer selon votre goût, ajouter la crème fraîche ou le lait (selon la consistance voulue).



Bonne année 2015

