



L'écho des salades

Le panier de la semaine 17 Année 2015

Panier à 10.00 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
1 salade	1.00 €
Epinards 400g	2.00 €
P.de terre nouvelles 700g	4.20 €
1 chou fleur	1.80 €
1 botte de radis	1.50 €
Valeur du panier	10.50 €

Légumes	Prix
2 salades	2.00 €
1 botte de radis	1.50 €
Epinards 800g	4.00 €
P. de terre nouvelles 1 kg	6.00 €
1 chou fleur	1.80 €
Valeur du panier	15.30€

Parole de jardinier : « *Entraide et solidarité, 2 bons outils du jardinier.* »
 Dans le cadre de notre contrat d'entraide avec Stéphane, marâcher et Loïc agriculteur à Penhoat, nous faisons régulièrement des échanges de services. En ce moment, avec Stéphane, nous préparons les semis de persil dans sa serre car il a le matériel adapté : une « motteuse ». En contrepartie, nous lui préparons les plaques alvéolées que nous remplissons de terreau pour y faire ses semis de poireaux.



L'écho des salades

Le panier de la semaine 17 Année 2015

Panier à 10.00 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
1 salades	1.00 €
Epinards 400g	2.00 €
P.de terre nouvelles 700g	4.20 €
1 chou fleur	1.80 €
1 botte de radis	1.50 €
Valeur du panier	10.50 €

Légumes	Prix
2 salades	2.00 €
1 botte de radis	1.50 €
Epinards 800g	4.00 €
P.de terre nouvelles 1kg	6.00 €
1 chou fleur	1.80 €
Valeur du panier	15.30 €

Parole de jardinier : « *Entraide et solidarité, 2 bons outils du jardinier.* »
 Dans le cadre de notre contrat d'entraide avec Stéphane, marâcher et Loïc agriculteur à Penhoat, nous faisons régulièrement des échanges de services. En ce moment, avec Stéphane, nous préparons les semis de persil dans sa serre car il a le matériel adapté : une « motteuse ». En contrepartie, nous lui préparons les plaques alvéolées que nous remplissons de terreau pour y faire ses semis de poireaux.

Cette semaine nous vous proposons la recette :

« *Cramailotte ou gelée de pissenlits.* »

Ingrédients : 365 belles fleurs de pissenlit ; 1 litre 1/2 d'eau ; 2 oranges et 2 citrons non traités ; 1 kilo de sucre cristallisé.

Préparation : Récolter des fleurs bien épanouies, les laver et enlever la partie verte, on ne garde que les pétales, les étaler sur un torchon et les faire sécher au soleil pendant plusieurs heures.

Mettre dans une bassine à confiture, les fleurs, l'eau et les agrumes lavés et coupés en morceaux sans les peler.

Faire cuire le tout 1 heure à petite ébullition en veillant à ce que toutes les fleurs baignent bien dans l'eau. Filtrer le tout dans une passoire fine en pressant pour obtenir le maximum de jus de cuisson.

Ajouter au jus obtenu, le sucre et faire cuire pendant environ 45 minutes.

Vérifier la prise de la gelée en faisant couler quelques gouttes sur une assiette froide.

Verser dans des pots de petites tailles, couvrir après refroidissement.

Attendre 24 heures avant de déguster.



Prêts à attaquer les semis.

Le saviez-vous ? : La gelée de pissenlit a la saveur du miel et on lui prête des vertus curatives pour les maladies des bronches et respiratoires.

Cette semaine nous vous proposons la recette :

« *Cramailotte ou gelée de pissenlits.* »

Ingrédients : 365 belles fleurs de pissenlit ; 1 litre 1/2 d'eau ; 2 oranges et 2 citrons non traités ; 1 kilo de sucre cristallisé.

Préparation : Récolter des fleurs bien épanouies, les laver et enlever la partie verte, on ne garde que les pétales, les étaler sur un torchon et les faire sécher au soleil pendant plusieurs heures.

Mettre dans une bassine à confiture, les fleurs, l'eau et les agrumes lavés et coupés en morceaux sans les peler.

Faire cuire le tout 1 heure à petite ébullition en veillant à ce que toutes les fleurs baignent bien dans l'eau. Filtrer le tout dans une passoire fine en pressant pour obtenir le maximum de jus de cuisson.

Ajouter au jus obtenu, le sucre et faire cuire pendant environ 45 minutes.

Vérifier la prise de la gelée en faisant couler quelques gouttes sur une assiette froide.

Verser dans des pots de petites tailles, couvrir après refroidissement.

Attendre 24 heures avant de déguster.



Prêts à attaquer les semis.

Le saviez-vous ? : La gelée de pissenlit a la saveur du miel et on lui prête des vertus curatives pour les maladies des bronches et respiratoires.

