



L'écho des salades

Le panier de la semaine 18 Année 2014

Panier à 10.00 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
Radis 1 botte	1.50 €
1 salade	1.00 €
Epinards 500g	2.50 €
Oignons jaunes 500g	1.40 €
P.de terre 1kg	2.00 €
Betteraves cuites 500g	2.00€
Valeur du panier	10.40 €

Légumes	Prix
1 salade	1.00 €
2 bottes de radis	3.00 €
Epinards 1kg	5.00 €
Oignons jaunes 800g	2.24 €
P. de terre 1 kg	2.00 €
Betteraves cuites 500g	2.00 €
Valeur du panier	15.24 €

Parole de jardinier : « Des nouvelles des salades »

Toute l'année, je participe à la plantation des salades toutes les deux semaines dans la serre ou en plein champ. Une semaine nous mettons en terre 3 caisses (420 plants) puis quinze jours après 2 caisses (280 plants). D'habitude, nous récoltons donc presque toute l'année.

Mais en maraichage, nous ne décidons pas de tout, surtout de la météo ! Comme l'hiver et le printemps 2014 ont été doux, trop doux, les plants ont poussé très vite, trop vite ! Vous avez donc déjà mangé les salades dont la récolte était prévue en Mai mais... les salades d'été vont prendre le relais dans quelques semaines et nous aurons à nouveau nos espionnes pour écrire « l'écho des salades ».

Mathieu



L'écho des salades

Le panier de la semaine 18 Année 2014

Panier à 10.00 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
Radis 1 botte	1.50 €
1 salade	1.00 €
Epinards 500g	2.50 €
Oignons jaunes 500g	1.40 €
P. de terre 1kg	2.00 €
Betteraves cuites 500g	2.00 €
Valeur du panier	10.40 €

Légumes	Prix
1 salade	1.00 €
2 bottes de radis	3.00 €
Epinards 1kg	5.00 €
Oignons jaunes 800g	2.24 €
P.de terre 1kg	2.00 €
Betteraves cuites 500g	2.00 €
Valeur du panier	15.24 €

Parole de jardinier :

« Des nouvelles des salades »

Toute l'année, je participe à la plantation des salades toutes les deux semaines dans la serre ou en plein champ. Une semaine nous mettons en terre 3 caisses donc 420 plants puis quinze jours après 2 caisses donc 280 plants. D'habitude, nous récoltons donc presque toute l'année.

Mais en maraichage, nous ne décidons pas de tout, surtout de la météo !

Comme l'hiver et le printemps 2014 ont été doux, trop doux, les plants ont poussé très vite, trop vite ! Vous avez donc déjà mangé les salades dont la récolte était prévue en Mai mais... les salades d'été vont prendre le relais dans quelques semaines et nous aurons à nouveau nos espionnes pour écrire « l'écho des salades ».

Mathieu

Cette semaine, Matthieu vous propose sa recette :

« Roulé d'épinards, saumon et boursin. »

Ingrédients : 500 g d'épinards, 5 œufs, 1 boursin à température ambiante, 200g de saumon fumé, sel et poivre.

Préparation : Préchauffez le four à 210°C (th7). Cuire et égoutter les épinards. Dans un saladier, battre les œufs en omelette. Ajouter les épinards à la préparation saler poivrer et verser celle-ci sur une plaque avec des rebords puis enfourner à 210(th7) pendant 25 à 30 minutes. Après la cuisson étaler le boursin à l'aide d'une spatule et recouvrir de tranches de saumon. Rouler le tout très serré et entourer d'un film alimentaire.

Mettre au réfrigérateur pendant 3 heures.

Bon appétit



Mathieu cueille les salades de Mai !

Cette semaine, Matthieu vous propose sa recette :

« Roulé d'épinards, saumon et boursin. »

Ingrédients : 500 g d'épinards, 5 œufs, 1 boursin à température ambiante, 200g de saumon fumé, sel et poivre.

Préparation : Préchauffez le four à 210°C (th7). Cuire et égoutter les épinards. Dans un saladier, battre les œufs en omelette. Ajouter les épinards à la préparation saler poivrer et verser celle-ci sur une plaque avec des rebords puis enfourner à 210(th7) pendant 25 à 30 minutes. Après la cuisson étaler le boursin à l'aide d'une spatule et recouvrir de tranches de saumon. Rouler le tout très serré et entourer d'un film alimentaire.

Mettre au réfrigérateur pendant 3 heures.

Bon appétit



Mathieu cueille les salades de Mai !

