



L'ECHO DES SALADES

Le panier de la semaine 22

Panier à 10.00 €

Légumes	Prix
Carottes 1 botte	2.00€
1 salade	1.00€
Courgettes 800g	2.00€
Radis 1 botte	1.50€
Petit pois 600g	2.10€
Pommes de terre 800g	2.40€
Valeur du panier	11.00€

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
Carottes 2 bottes	4.00€
2 salades	2.00€
Courgettes 1kg	3.00€
Radis 2 bottes	3.00€
Petit pois 600 g	2.10€
Pommes de terre 800 g	2.40 €
Valeur du panier	16.50

Paroles de jardinier : « Dans la serre la guerre est déclarée ! »

Les pucerons noirs ont pris leurs quartiers de printemps sur certains légumes dans notre serre. Comme notre choix est d'assurer une belle récolte et non l'élevage de pucerons, nous avons mis au travail nos auxiliaires.

Parmi eux, un minuscule insecte « *Aphidius ervi* » que nous avons acheté et qui est maintenu en vie dans des petits bocal remplis d'alvéoles de graines de Sarazin sèches.

Il ne lui reste plus qu'à éliminer les pucerons en pondant ses œufs dans ces deniers.



L'ECHO DES SALADES

Le panier de la semaine 22

Panier à 10.00 €

Légumes	Prix
Carottes 1 botte	2.00 €
1 salade	1.00 €
Courgettes 600g	1.80€
Radis 1 botte	1.50€
Petit pois 600g	2.10€
Pommes de terre 800g	2.40 €
Valeur du panier	11.00€

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
Carottes 2 bottes	4.00€
2 salades	2.00€
Courgettes 1kg	3.00€
Radis 2 bottes	3.00€
Petit pois 600 g	2.10€
Pommes de terre 800 g	2.40 €
Valeur du panier	16.50 €

Paroles de jardinier : « Dans la serre la guerre est déclarée ! »

Les pucerons noirs ont pris leurs quartiers de printemps sur certains légumes dans notre serre. Comme notre choix est d'assurer une belle récolte et non l'élevage de pucerons, nous avons mis au travail nos auxiliaires.

Parmi eux, un minuscule insecte « *Aphidius ervi* » que nous avons acheté et qui est maintenu en vie dans des petits bocal remplis d'alvéoles de graines sèches.

Il ne lui reste plus qu'à éliminer les pucerons en pondant ses œufs dans ces derniers

L'équipe

Cette semaine nous vous proposons la recette :

« Pommes de terre nouvelles et saumon à l'aneth »

Ingrédients : 1kg de pommes de terre nouvelles ; 6 tranches de saumon fumé ; 4 branches d'aneth.

Pour l'assaisonnement : 1 yaourt type « fjord » ; 1 c à café de sucre en poudre ; 2 c à soupe de vinaigre de vin ; 3 c à soupe d'huile d'olive ; 1 c à café de moutarde en grain.

Préparation : Porter à ébullition une grande casserole d'eau ; peler et faire cuire les pommes de terre pendant 20 mn puis les laisser refroidir.

Couper les tranches de saumon en carrés. Laver et ciseler l'aneth.

Couper les pommes de terre en tranches fines. Dans un saladier, mélanger les avec le saumon et l'assaisonnement. Parsemer d'aneth ciselé.

Bon appétit !



Aphidius ervi (en haut à gauche) vient d'être lâché sur les aubergines.

L'équipe

Cette semaine nous vous proposons la recette :

« Pommes de terre nouvelles et saumon à l'aneth »

Ingrédients : 1kg de pommes de terre nouvelles ; 6 tranches de saumon fumé ; 4 branches d'aneth.

Pour l'assaisonnement : 1 yaourt type « fjord » ; 1 c à café de sucre en poudre ; 2 c à soupe de vinaigre de vin ; 3 c à soupe d'huile d'olive ; 1 c à café de moutarde en grain.

Préparation : Porter à ébullition une grande casserole d'eau ; peler et faire cuire les pommes de terre pendant 20 mn puis les laisser refroidir.

Couper les tranches de saumon en carrés. Laver et ciseler l'aneth.

Couper les pommes de terre en tranches fines. Dans un saladier, mélanger les avec le saumon et l'assaisonnement. Parsemer d'aneth ciselé.

Bon appétit !



A phidius ervi (en haut à gauche) vient d'être lâché sur les aubergines.