



L'écho des salades

Le panier de la semaine 26 Année 2013
Panier à 10.00 € Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
2 salades	2.00€
500g de tomates	1.75€
400 g de courgettes	1.00€
1 concombre	1.00€
300g de haricots	1.80€
500g de petits pois	2.50€
Valeur du panier	10.05€

Légumes	Prix
2 salades	2.00€
1 kg de tomates	3.50€
500g de courgettes	1.25€
2 concombres	2.00€
600 g de haricots	3.60€
600g de petit pois	3.00€
Valeur du panier	15.35€

Parole de jardinier :
« mes premières récoltes »

Comme vous le constater nous avons des tomates. Je m'en suis particulièrement occupé car c'est la première fois pour moi, cette récolte. Nous avons plusieurs variétés, plusieurs formes : la Paola, l'andine cornue, la cœur de bœuf, la minilou, la black cherry. Vous aurez par la suite des tomates cerise noires appelé aussi black cherry .

Lucie



L'écho des salades

Le panier de la semaine 26 Année 2013
Panier à 10.00 € Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
2 salades	2.00€
500g de tomates	1.75€
400 g de courgettes	1.00€
1 concombre	1.00€
300g de haricots	1.80€
500g de petits pois	2.50€
Valeur du panier	10.05€

Légumes	Prix
2 salades	2.00€
1 kg de tomates	3.50€
500g de courgettes	1.25€
2 concombres	2.00€
600 g de haricots	3.60€
600g de petit pois	3.00€
Valeur du panier	15.35€

Parole de jardinier :
« mes premières récoltes »

Comme vous le constater nous avons des tomates. Je m'en suis particulièrement occupé car c'est la première fois pour moi, cette récolte. Nous avons plusieurs variétés, plusieurs formes : la Paola, l'andine cornue, la cœur de bœuf, la minilou, la black cherry. Vous aurez par la suite des tomates cerise noires appelé aussi black cherry .

Lucie

Cette semaine vous propose sa recette :

Ingrédients :

- 4 tomates
- 6 à 8 chèvres frais
- ail, ciboulette, huile d'olive
- chapelure
- sel, poivre

Préparation de la recette :

Enlever le chapeau des tomates et la pulpe (à conserver)

Dans un récipient, écraser les chèvres frais, ajouter 1 à 2 gousses d'ail selon le goût... La ciboulette émincée et quelques morceaux de pulpe pour désépaissir.

Farcir les tomates avec cette préparation. Ajouter un peu de chapelure. mettre au four sur position grill 10 à 15 minutes (ajouter les chapeaux 2 minutes avant la fin de la cuisson).

Avant de servir mettre un filet d'huile d'olive et refermer avec les chapeaux.

Bon appétit avec cette recette très parfumées



Frédéric et notre belle récolte de tomates rondes...

Cette semaine vous propose sa recette :

Ingrédients :

- 4 tomates
- 6 à 8 chèvres frais
- ail, ciboulette, huile d'olive
- chapelure
- sel, poivre

Préparation de la recette :

Enlever le chapeau des tomates et la pulpe (à conserver)

Dans un récipient, écraser les chèvres frais, ajouter 1 à 2 gousses d'ail selon le goût... La ciboulette émincée et quelques morceaux de pulpe pour désépaissir.

Farcir les tomates avec cette préparation. Ajouter un peu de chapelure. mettre au four sur position grill 10 à 15 minutes (ajouter les chapeaux 2 minutes avant la fin de la cuisson).

Avant de servir mettre un filet d'huile d'olive et refermer avec les chapeaux.

Bon appétit avec cette recette très parfumées



Frédéric et notre belle récolte de tomates rondes..
