



L'écho des salades

Le panier de la semaine 29

Livraison du Jeudi

Panier à 10.00 €

Légumes	Prix
Salade	1€00
2 concombres	1.50€
Tomates anciennes 200g	0.60€
Tomates rondes 400g	1.20€
Courgettes 600g	1.20€
Oignons blancs	2.00 €
Petits pois 500g	1.75€
Carottes 1 botte	2.00€
Valeur du panier	11.25€

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
2 salades	2.00€
4 concombres	3.00€
Tomates anciennes 500g	1.50€
Tomates rondes 500g	1.50 €
Courgettes 1kg	2.00€
Oignons blancs	2.00€
Petits pois 800g	2.80€
Carottes 1 botte	2.00€
Valeur du panier	16.80€

Paroles de jardinière : « *Même au jardin, il faut respecter les distances !* »

Pour diminuer le désherbage manuel et garder un peu de chaleur au sol, nous y disposons des bâches noires en toile tissée.

Ces bâches sont quadrillées tous les 25 cm.

Suivant les différentes plantations prévues, avec un chalumeau nous perçons des trous plus ou moins grands avec des écarts différents.

Pour les salades, les trous sont distants de 25cm, pour les melons et les poivrons de 50 cm, pour les courgettes, tomates et aubergines de 75cm.

Comme les courgettes sont un peu tassées et emmêlées, nous pensons



L'écho des salades

Le panier de la semaine 29

Livraison du Jeudi

Panier à 10.00 €

Légumes	Prix
Salade	1.00€
2 concombres	1.50€
Tomates anciennes200g	0.60€
Tomates rondes 400g	1.20€
Courgettes 600g	1.20€
Oignons blancs	2.00 €
Petits pois 500g	1.75€
Carottes 1 botte	2.00€
Valeur du panier	11.25€

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
2 salades	2.00€
4 concombres	3.00€
Tomates anciennes 500g	1.50€
Tomates rondes 500g	1.50 €
Courgettes 1kg	2.00€
Oignons blancs	2.00€
Petits pois 800g	2.80€
Carottes 1 botte	2.00€
Valeur du panier	16.80€

Paroles de jardinière : « *Même au jardin, il faut respecter les distances !* »

Pour diminuer le désherbage manuel et garder un peu de chaleur au sol, nous y disposons des bâches noires en toile tissée.

Ces bâches sont quadrillées tous les 25 cm.

Suivant les différentes plantations prévues, avec un chalumeau nous perçons des trous plus ou moins grands avec des écarts différents.

Pour les salades, les trous sont distants de 25cm, pour les melons et les poivrons de 50 cm, pour les courgettes, tomates et aubergines de 75cm .

Comme les courgettes sont un peu tassées et emmêlées, nous pensons

plutôt les espacer de 1 mètre l'année prochaine comme les concombres.
Marcelline

Cette semaine Marcelline vous propose :

« Cannellonis à la courgette »

Ingrédients : 20 cannellonis, 2 courgettes ; 2 tomates ; 2 oignons ; 100g de féta ; 1/2l de lait ; 20g de farine ; 1 cuil. à soupe d'huile d'olive ; sel et poivre.

Préparation : Eplucher les légumes et les couper en petits dés. Les faire cuire pendant 10mn à feu doux avec 1 cuil. à soupe d'huile d'olive. Saler et poivrer. Ajouter la féta en morceaux dans la préparation et passer quelques secondes au mixer. Le mélange doit être encore solide avec quelques morceaux de légumes. Rectifier l'assaisonnement et garnir les cannellonis de ce mélange. Mélanger à froid le lait et la farine puis cuire quelques minutes sans cesser de remuer jusqu'à ce que la sauce épaississe. Disposer les cannellonis garnis dans un plat. Recouvrir de sauce blanche. Enfourner pour 25mn (th6-7) 200°. Servir à la sortie du four.

Bon appétit !



Une bâche prête pour les plantations de poivrons

Trucs et astuces : « Pour recycler les restes »

Pour nettoyer l'évier, un vieux citron est idéal. Moisi, il fera même fuir les fourmis !

plutôt les espacer de 1 mètre l'année prochaine comme les concombres.
Marcelline

Cette semaine Marcelline vous propose :

« Cannellonis à la courgette »

Ingrédients : 20 cannellonis, 2 courgettes ; 2 tomates ; 2 oignons ; 100g de féta ; 1/2l de lait ; 20g de farine ; 1 cuil. à soupe d'huile d'olive ; sel et poivre.

Préparation : Eplucher les légumes et les couper en petits dés. Les faire cuire pendant 10mn à feu doux avec 1 cuil. à soupe d'huile d'olive. Saler et poivrer. Ajouter la féta en morceaux dans la préparation et passer quelques secondes au mixer. Le mélange doit être encore solide avec quelques morceaux de légumes. Rectifier l'assaisonnement et garnir les cannellonis de ce mélange. Mélanger à froid le lait et la farine puis cuire quelques minutes sans cesser de remuer jusqu'à ce que la sauce épaississe. Disposer les cannellonis garnis dans un plat. Recouvrir de sauce blanche. Enfourner pour 25mn (th6-7) 200°. Servir à la sortie du four.

Bon appétit !



Une bâche prête pour les plantations de poivrons

Trucs et astuces : « Pour recycler les restes »

Pour nettoyer l'évier, un vieux citron est idéal. Moisi, il fera même fuir les fourmis !

--	--