



L'écho des salades

Le panier de la semaine 30
Livraisons du jeudi.

Panier à 10.00 €

Légumes	Prix
1 salade	1.00 €
1 botte de radis	1.50 €
500g de navets	1.25 €
500g de courgettes	1.00 €
500g de tomates	1.50 €
3 concombres	2.25 €
1 poivron	0.50 €
500g de fèves	1.50 €
Valeur du panier	10.50 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
2 salades	2.00 €
2 bottes de radis	3.00 €
1kg de navets	2.50€
1 kg de courgettes	2.00€
1kg de tomates	3.00€
2 concombres	1.50 €
1 poivron	0.50 €
500g de fèves	1.50€
Valeur du panier	16€

Paroles de jardinier « *chercher une aiguille dans une botte de foin* »

Sandrine souhaite aujourd'hui vous parler du désherbage des carottes manuel.

« Au départ c'est très difficile, de voir le petit plants de carottes pris dans les « mauvaises herbes ».

Avec de la concentration j'ai pu continuer à éclaircir ces futures carottes.



L'écho des salades

Le panier de la semaine 30
Livraisons du jeudi.

Panier à 10.00 €

Légumes	Prix
1 salade	1.00€
1 botte de radis	1.50€
500g de navets	1.25€
500g de courgettes	1.00€
500g de tomates	1.50 €
3 concombres	2.25 €
1 poivron	0.50 €
500g de fèves	1.50€
Valeur du panier	10.50€

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
2 salades	2.00€
2 bottes de radis	3.00€
1kg de navets	2.5€
1 kg de courgettes	2.00€
1kg de tomates	3.00€
2 concombres	1.50 €
1 poivron	0.50 €
500g de fèves	1.50€
Valeur du panier	16€

Paroles de jardinier « *chercher une aiguille dans une botte de foin* »

Sandrine souhaite aujourd'hui vous parler du désherbage des carottes manuel.

« Au départ c'est très difficile, de voir le petit plants de carottes pris dans les « mauvaises herbes ».

Avec de la concentration j'ai pu continuer à éclaircir ces futures carottes.

Mais il arrive cependant que lorsque je vais un peu vite j'en arrache une, dommage, Mais cela arrive à tout le monde ! »



Cette semaine nous vous proposons

Soupe à la tomate et au basilic

Ingrédients : 8 tomates, un citron, 2 tiges de basilic, 2cuil à s d'huile d'olive, 1 cuil à s de vinaigre, sel et poivre.

Laver, sécher, effeuiller le basilic. presser le citron, plonger les tomates une minute dans de l'eau bouillante. Rafraichissez- les et mettez les dans le bol d'un mixeur.

Ajouter le jus de citron, l'huile d'olive, le vinaigre, sel et poivre dans le bol du mixeur. Faites tourner jusqu'à obtention d'une soupe lisse. Versez la soupe dans un saladier et rectifiez l'assaisonnement. Réservez au moins une heure au frais.

Au moment de servir répartissez la soupe de tomate dans quatre bols, décorer de feuilles de basilic et dégustez bien frais.

Trucs et astuces :

Pour faire briller vases et verres en cristal, utilisez des rondelles de pomme de terre. Frotter les verres avec la pomme de terre, puis essuyez-les.

Mais il arrive cependant que lorsque je vais un peu vite j'en arrache une, dommage, Mais cela arrive à tout le monde ! »



Cette semaine nous vous proposons

Soupe à la tomate et au basilic

Ingrédients : 8 tomates, un citron, 2 tiges de basilic, 2cuil à s d'huile d'olive, 1 cuil à s de vinaigre, sel et poivre.

Laver, sécher, effeuiller le basilic. presser le citron, plonger les tomates une minute dans de l'eau bouillante. Rafraichissez- les et mettez les dans le bol d'un mixeur.

Ajouter le jus de citron, l'huile d'olive, le vinaigre, sel et poivre dans le bol du mixeur. Faites tourner jusqu'à obtention d'une soupe lisse. Versez la soupe dans un saladier et rectifiez l'assaisonnement. Réservez au moins une heure au frais.

Au moment de servir répartissez la soupe de tomate dans quatre bols, décorer de feuilles de basilic et dégustez bien frais.

Trucs et astuces :

Pour faire briller vases et verres en cristal, utilisez des rondelles de pomme de terre. Frotter les verres avec la pomme de terre, puis essuyez-les.

--	--