



L'écho des salades

Le panier de la semaine 30 Année 2014

Panier à 10.00 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
1 salade	1.00 €
Tomates 800g	2.00 €
Tomates « campari » 350g	1.05 €
Carottes 1/2 botte	1.50 €
Aubergines 600g	2.10 €
Poivrons 300g	1.05 €
1 concombre	1.00 €
Courgette 400g	1.00 €
Valeur du panier	10.70 €

Légumes	Prix
1 salade	1.00 €
Tomates 1,2kg	3.00 €
Tomates « campari » 500g	1.50 €
Carottes 1 botte	3.00 €
Aubergines 800g	2.80 €
Poivrons 500g	1.75 €
P.de t grenaille 1kg	2.50 €
2 concombres	2.00 €
Valeur du panier	17.55 €

Parole de jardinier : « Cocktail d'été aux « campari ».

Plus petite que d'autres tomates et plus grosse que la tomate cerise, la tomate « campari » est pleine de qualités. Plus sucrée, plus juteuse, d'un beau rouge profond et bien ronde, elle est aussi appelée « tomato on the vine » qui veut dire « tomate de la vigne » car elle pousse en grappes comme le raisin. Mais même si elle n'est pas le fruit de la vigne, elle peut quand même être de la fête durant un cocktail. Tanguy



L'écho des salades

Le panier de la semaine 30 Année 2014

Panier à 10.00 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
1 salade	1.00 €
Tomates 800g	2.00 €
Tomates « campari » 350g	1.05 €
Carottes 1/2 botte	1.50 €
Aubergines 600g	2.10 €
Poivrons 300g	1.05 €
1 concombre	1.00 €
Courgette 400g	1.00 €
Valeur du panier	10.70 €

Légumes	Prix
1 salade	1.00 €
Tomates 1,2kg	3.00 €
Tomates « campari » 500g	1.50 €
Carottes 1 botte	3.00 €
Aubergines 800g	2.80 €
Poivrons 500g	1.75 €
P.de t grenaille 1kg	2.50 €
2 concombres	2.00 €
Valeur du panier	17.55 €

Parole de jardinier : « Cocktail d'été aux « campari ».

Plus petite que d'autres tomates et plus grosse que la tomate cerise, la tomate « campari » est pleine de qualités. Plus sucrée, plus juteuse, d'un beau rouge profond et bien ronde, elle est aussi appelée « tomato on the vine » qui veut dire « tomate de la vigne » car elle pousse en grappes comme le raisin. Mais même si elle n'est pas le fruit de la vigne, elle peut quand même être de la fête durant un cocktail. Tanguy

Cette semaine Tanguy vous propose sa recette :

« **Tartine sucrée – salée.** »

Ingrédients : 2 tranches de pain de campagne ; 6 figes ; 4 cuil. à soupe de sucre ; 6 cuil. à soupe d'eau ; 2 tomates ; huile d'olive ; sel et poivre ; 60 g de fromage de chèvre ; feuilles de basilic coupées en morceaux ; 2 cuil. à soupe de miel.

Préparation : Laver les figes. Enlever les queues des figes et les couper en 4. Verser le sucre et l'eau dans une casserole, faire cuire les figes 10 mn et passer le tout au mixeur. Ajouter le vinaigre balsamique.

Préchauffer le four sur 180°C .Faire légèrement griller les tranches de pain au grille-pain. Couper les tomates en petits cubes. Verser un filet d'huile d'olive. Saler et poivrer. Couper le fromage de chèvre en fines rondelles.

Etaler le confit de figes sur les 2 tartines. Disposer les rondelles de fromage de chèvre par dessus et ajoutez les tomates en cubes.

Parsemer de feuilles de basilic coupées en morceaux. Enfournier pendant 10 mn. Servir les tartines chaudes avec une cuillère de miel. Bon appétit !



Tanguy vous présente les « campari ».

Cette semaine Tanguy vous propose sa recette :

« **Tartine sucrée – salée.** »

Ingrédients : 2 tranches de pain de campagne ; 6 figes ; 4 cuil. à soupe de sucre ; 6 cuil. à soupe d'eau ; 2 tomates ; huile d'olive ; sel et poivre ; 60 g de fromage de chèvre ; feuilles de basilic coupées en morceaux ; 2 cuil. à soupe de miel.

Préparation : Laver les figes. Enlever les queues des figes et les couper en 4. Verser le sucre et l'eau dans une casserole, faire cuire les figes 10 mn et passer le tout au mixeur. Ajouter le vinaigre balsamique.

Préchauffer le four sur 180°C .Faire légèrement griller les tranches de pain au grille-pain. Couper les tomates en petits cubes. Verser un filet d'huile d'olive. Saler et poivrer. Couper le fromage de chèvre en fines rondelles.

Etaler le confit de figes sur les 2 tartines. Disposer les rondelles de fromage de chèvre par dessus et ajoutez les tomates en cubes.

Parsemer de feuilles de basilic coupées en morceaux. Enfournier pendant 10 mn. Servir les tartines chaudes avec une cuillère de miel. Bon appétit !



Tanguy vous présente les « campari ».

