



L'écho des salades

Le panier de la semaine 31

Panier à 10.00 €

Année 2013

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
1 Salade	1 €
1Kg Tomates	3 €
500 g poivrons	1.75 €
400 g Aubergines	1.40€
500 g Courgettes	1.50€
1 botte d'oignons blancs	2.00€
Valeur du panier	10.65€

Légumes	Prix
2 Salades	2 €
1.5 Kg tomates	4.50€
500 g poivrons	1.75 €
500g Aubergines	1.75 €
500 g courgettes	1.50 €
2 bottes d'oignons blancs	4.00€
Valeur du panier	15.50 €

Parole de jardinier :

Nous sommes vraiment dans la pleine saison de légumes gorgés de soleil... Cette semaine nous vous offrons 1 concombre en cadeau, vous avez aussi la possibilité de nous commander d'autres légumes en complément (courgette, tomates, aubergine, pomme de terre, poivrons...) Nous espérons que vous appréciez pleinement votre panier.
Bonne semaine à tous !!!!



L'écho des salades

Le panier de la semaine 31

Panier à 10.00 €

Année 2013

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
1 Salade	1 €
1Kg Tomates	3 €
500 g poivrons	1.75 €
400 g Aubergines	1.40€
500 g Courgettes	1.50€
1 botte d'oignons blancs	2.00€
Valeur du panier	10.65€

Légumes	Prix
2 Salades	2 €
1.5 Kg tomates	4.50€
500 g poivrons	1.75 €
500g Aubergines	1.75 €
500 g courgettes	1.50 €
2 bottes d'oignons blancs	4.00€
Valeur du panier	15.50 €

Parole de jardinier :

Nous sommes vraiment dans la pleine saison de légumes gorgés de soleil... Cette semaine nous vous offrons 1 concombre en cadeau, vous avez aussi la possibilité de nous commander d'autres légumes en complément (courgette, tomates, aubergine, pomme de terre, poivrons...) Nous espérons que vous appréciez pleinement votre panier.
Bonne semaine à tous !!!!

Cette semaine vous propose sa recette :

<< **Gâteau aux courgettes** >>

Ingrédients (pour 6 personnes) : 700g de courgettes, 15cl de lait, 180 g de sucre en poudre, 150 g de farine, 3 œufs entiers, 2 sachets de sucre vanillé, 60g de beurre fondu.

Préparation de la recette :

Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6).

Eplucher les courgettes, les vider et les cuire légèrement dans une casserole d'eau salée.

Mélanger les œufs avec les sucres , la farine, le lait et le beurre dans un saladier.

Bien égoutter les courgettes et les passer au presse purée ou à la moulinette.

Mélanger les deux préparations et les verser dans un moule à manqué.

Enfourner pour 45 minutes de cuisson.



toute l'équipe...

Cette semaine vous propose sa recette :

<< **Gâteau aux courgettes** >>

Ingrédients (pour 6 personnes) : 700g de courgettes, 15cl de lait, 180 g de sucre en poudre, 150 g de farine, 3 œufs entiers, 2 sachets de sucre vanillé, 60g de beurre fondu.

Préparation de la recette :

Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6).

Eplucher les courgettes, les vider et les cuire légèrement dans une casserole d'eau salée.

Mélanger les œufs avec les sucres , la farine, le lait et le beurre dans un saladier.

Bien égoutter les courgettes et les passer au presse purée ou à la moulinette.

Mélanger les deux préparations et les verser dans un moule à manqué.

Enfourner pour 45 minutes de cuisson.



toute l'équipe....

