



## L'écho des salades

Le panier de la semaine 33

Panier à 10.00 €

Légumes	Prix
1 salade	1.00 €
Courgettes 800g	1.60 €
Tomates anciennes 1kg	3.50 €
Poivrons 500g	1.75 €
Tomates cerise 350g	2.00 €
Aubergines 300g	1.05 €
2 concombres	1.50 €
<b>Valeur du panier</b>	<b>12.40 €</b>

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
2 salades	2.00 €
Courgettes 1kg	2.00 €
Tomates anciennes 1,5kg	5.25 €
Poivrons 500g	1.75 €
Tomates cerise 2 barquettes	4.00 €
Aubergines 500g	1.75 €
3 concombres	2.25 €
<b>Valeur du panier</b>	<b>19.00 €</b>

Paroles de jardinier : « Un bel endroit à découvrir ! »

Actuellement en stage pour découvrir le métier de moniteur d'atelier, je m'aperçois et me rend compte de l'implication, du respect des consignes, de l'esprit d'initiative dont font preuve les ouvriers. Ils ont également des qualités dont la plupart d'entre nous pourrions être jaloux et tout cela encadré par des moniteurs aux qualités humaines hors norme sachant écouter, motiver, rassurer et reconforter quand il le faut.

Côté cultures, le travail est impressionnant entre la culture de plein champ et la culture en tunnel.

Les tomates avec les soins apportés par tous et grâce à la luminosité de ces derniers jours rougissent et grossissent à vue d'œil.

Jean-François



## L'écho des salades

Le panier de la semaine 33

Panier à 10.00 €

Légumes	Prix
1 salade	1.00 €
Courgettes 800g	1.60 €
Tomates anciennes 1kg	3.50 €
Poivrons 500g	1.75 €
Tomates cerise 350g	2.00 €
Aubergines 300g	1.05 €
2 concombres	1.50 €
<b>Valeur du panier</b>	<b>12.40 €</b>

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
2 salades	2.00 €
Courgettes 1kg	2.00 €
Tomates anciennes 1,5kg	5.25 €
Poivrons 500g	1.75 €
Tomates cerise 2 barquettes	4.00 €
Aubergines 500g	1.75 €
3 concombres	2.25 €
<b>Valeur du panier</b>	<b>19.00 €</b>

Paroles de jardinier : « Un bel endroit à découvrir ! »

Actuellement en stage pour découvrir le métier de moniteur d'atelier, je m'aperçois et me rend compte de l'implication, du respect des consignes, de l'esprit d'initiative dont font preuve les ouvriers. Ils ont également des qualités dont la plupart d'entre nous pourrions être jaloux et tout cela encadré par des moniteurs aux qualités humaines hors norme sachant écouter, motiver, rassurer et reconforter quand il le faut.

Côté cultures, le travail est impressionnant entre la culture de plein champ et la culture en tunnel.

Les tomates avec les soins apportés par tous et grâce à la luminosité de ces derniers jours rougissent et grossissent à vue d'œil.

Jean-François

Cette semaine Jean-François vous propose sa recette :

« *Picata Romana* »

*Ingrédients* : 1 oignon ; 2 poivrons ; 200g de lardons fumés ; 400g de filet de poulet émincé ; chorizo ; ciboulette ; 20cl de crème fraîche ; sel et poivre.

*Préparation* : Emincer l'oignon et le faire fondre dans un filet d'huile d'olive. Ajouter les lardons fumés. Egoutter le tout quand les lardons sont cuits.

Emincer les poivrons et ajouter les filets de poulet dans un filet d'huile d'olive puis y rajouter le 1<sup>er</sup> mélange oignon/lardons. Dès que le poulet est cuit, ajouter la crème fraîche, le chorizo en tranches avec la ciboulette finement coupée.

Laisser mijoter quelques minutes et assaisonner selon votre goût.

Bon appétit !



De belles tomates pour une belle équipe.

*Infos* : Nous sommes dans une période où les légumes sont nombreux. C'est l'occasion pour nous de vous proposer un panier d'une valeur supérieure à sa valeur réelle.

Une manière pour nous de vous remercier et de compenser des paniers d'hiver qui peuvent être un peu moins fournis.

Cette semaine Jean-François vous propose sa recette :

« *Picata Romana* »

*Ingrédients* : 1 oignon ; 2 poivrons ; 200g de lardons fumés ; 400g de filet de poulet émincé ; chorizo ; ciboulette ; 20cl de crème fraîche ; sel et poivre.

*Préparation* : Emincer l'oignon et le faire fondre dans un filet d'huile d'olive. Ajouter les lardons fumés. Egoutter le tout quand les lardons sont cuits. Emincer les poivrons et ajouter les filets de poulet dans un filet d'huile d'olive puis y rajouter le 1<sup>er</sup> mélange oignon/lardons. Dès que le poulet est cuit, ajouter la crème fraîche, le chorizo en tranches avec la ciboulette finement coupée.

Laisser mijoter quelques minutes et assaisonner selon votre goût.

Bon appétit



De belles tomates pour une belle équipe.

*Infos* : Nous sommes dans une période où les légumes sont nombreux. C'est l'occasion pour nous de vous proposer un panier d'une valeur supérieure à sa valeur réelle.

Une manière pour nous de vous remercier et de compenser des paniers d'hiver qui peuvent être un peu moins fournis.

