



L'écho des salades

Le panier de la semaine 3 Année 2014

Panier à 10.00 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
1 céleri	1.50 €
Mesclun 200g	2.10 €
Carottes 1kg	2.50 €
Oignons jaunes 500g	1.25 €
Courges 500g	1.25 €
1 chou de Milan	2.20 €
Valeur du panier	10.80 €

Légumes	Prix
1 céleri	1.50 €
Mesclun 400g	4.10 €
Carottes 1,2kg	3.00 €
Oignons jaunes 500g	1.25 €
Courges 1kg	2.50 €
1 chou de Milan	2.20 €
Poireaux 500g	1.00 €
Valeur du panier	15.80 €

Parole de jardinier : « La moutarde me monte au nez. »

Dés ma rentrée de vacances je me suis frotté à la moutarde. C'est un légume que je ne trouve pas très sympathique parce que j'ai du mal à la cueillir. Je ne dois prendre que les toutes petites feuilles qui sont bien au chaud et cachées au cœur du plant. Nous avons fait une petite cueillette d'environ 200 g qui ira rejoindre les feuilles de roquette, de mâche....pour faire le mesclun.

Tanguy



L'écho des salades

Le panier de la semaine 3 Année 2014

Panier à 10.00 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
1 céleri	1.50 €
Mesclun 200g	2.10 €
Carottes 1kg	2.50 €
Oignons jaunes 500g	1.25 €
Courges 500g	1.25 €
1 chou de Milan	2.20 €
	€
Valeur du panier	10.80 €

Légumes	Prix
1 céleri	1.50 €
Mesclun 400g	4.10 €
Carottes 1,2kg	3.00 €
Oignons jaunes 500g	1.25 €
Courges 1kg	2.50 €
1 chou de Milan	2.20 €
	€
Valeur du panier	15.80 €

Parole de jardinier : « La moutarde me monte au nez. »

Dés ma rentrée de vacances je me suis frotté à la moutarde. C'est un légume que je ne trouve pas très sympathique parce que j'ai du mal à la cueillir. Je ne dois prendre que les toutes petites feuilles qui sont bien au chaud et cachées au cœur du plant. Nous avons fait une petite cueillette d'environ 200 g qui ira rejoindre les feuilles de roquette, de mâche....pour faire le mesclun.

Tanguy

Cette semaine Tanguy vous propose sa recette :

« Mesclun et fromage de chèvre au bacon. »

Ingrédients : 200 g de fromage de chèvre (bûche) ; 16 tranches de bacon ; 200 g de mesclun ; 3 cuil.à soupe de vinaigre de vin rouge ; 2 cuil. à soupe de vinaigre balsamique ; 1 cuil. à café de moutarde ; 3 cuil. à soupe de jus d'orange ; 6 cuil. à soupe d'huile d'olive ; 1 petite pomme acidulée ; sel, poivre du moulin.

Préparation : Laver et sécher la salade. Couper la pomme en petits dés. Mélanger les deux vinaigres, le jus d'orange et la moutarde. Saler et poivrer. Ajouter l'huile et vérifier l'assaisonnement.

Répartir la salade dans des petits bols. Couper le fromage en 16 morceaux, envelopper chacun d'une tranche de bacon et les faire revenir dans une poêle de part et d'autre. Disposer le fromage sur la salade, parsemer de dés de pomme, arroser de vinaigrette et servir éventuellement saupoudré de noisettes hachées. Bon appétit !



Petite feuille de moutarde devenue grande. De cette taille, vous pouvez en faire un légume de wok.

Cette semaine Tanguy vous propose sa recette :

« Mesclun et fromage de chèvre au bacon. »

Ingrédients : 200 g de fromage de chèvre (bûche) ; 16 tranches de bacon ; 200 g de mesclun ; 3 cuil.à soupe de vinaigre de vin rouge ; 2 cuil. à soupe de vinaigre balsamique ; 1 cuil. à café de moutarde ; 3 cuil. à soupe de jus d'orange ; 6 cuil. à soupe d'huile d'olive ; 1 petite pomme acidulée ; sel, poivre du moulin.

Préparation : Laver et sécher la salade. Couper la pomme en petits dés. Mélanger les deux vinaigres, le jus d'orange et la moutarde. Saler et poivrer. Ajouter l'huile et vérifier l'assaisonnement.

Répartir la salade dans des petits bols. Couper le fromage en 16 morceaux, envelopper chacun d'une tranche de bacon et les faire revenir dans une poêle de part et d'autre. Disposer le fromage sur la salade, parsemer de dés de pomme, arroser de vinaigrette et servir éventuellement saupoudré de noisettes hachées. Bon appétit !



Petite feuille de moutarde devenue grande. De cette taille, vous pouvez en faire un légume de wok.

