



## L'écho des salades

Le panier de la semaine 41 Année 2014

Panier à 10.00 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
300g de tomates cerise	1.80 €
1 brocoli	2.50 €
2poivrons	1.50 €
500g de tomates rondes	1.25 €
500g d'oignons rosés	1.40 €
800g de pommes de terre « Eden »	2.00 €
<b>Valeur du panier</b>	<b>10.45 €</b>

Légumes	Prix
500g de tomates cerise	3.00 €
1 brocoli	2.50 €
3 poivrons	2.25 €
1kg de tomates rondes	2.50 €
500g d'oignons rosés	1.40 €
800g de pommes de terre « Eden »	
<b>Valeur du panier</b>	<b>15.65 €</b>

### Parole de jardinier : « une journée tro breizh »

Vendredi 26/09/14, était organisé une journée d'échange dans les jardins de Cocagne de la région...Une partie de l'équipe maraîchage s'est rendue aux jardins de Prelude près de Brest et une équipe de Dinan est venue à Plourivo. Tout le monde y a trouvé son compte échangeant ainsi sur ses pratiques professionnelles (conduites de cultures, conseils pratiques....)

Nous avons pu ainsi déguster du bon raisin blanc cultivé sur place et sommes reparti avec un petit pot de miel fabriqué par un apiculteur qui a placé ses ruches dans le jardin Prelude



## L'écho des salades

Le panier de la semaine 41 Année 2014

Panier à 10.00 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
300g de tomates cerise	1.80 €
1 brocoli	2.50 €
2poivrons	1.50 €
500g de tomates rondes	1.25 €
500g d'oignons rosés	1.40 €
800g de pommes de terre « Eden »	2.00 €
<b>Valeur du panier</b>	<b>10.45 €</b>

Légumes	Prix
500g de tomates cerise	3.00 €
1 brocoli	2.50 €
3 poivrons	2.25 €
1kg de tomates rondes	2.50 €
500g d'oignons rosés	1.40 €
800g de pommes de terre « Eden »	
<b>Valeur du panier</b>	<b>15.65 €</b>

### Parole de jardinier : « une journée tro breizh »

Vendredi 26/09/14, était organisé une journée d'échange dans les jardins de Cocagne de la région...Une partie de l'équipe maraîchage s'est rendue aux jardins de Prelude près de Brest et une équipe de Dinan est venue à Plourivo. Tout le monde y a trouvé son compte échangeant ainsi sur ses pratiques professionnelles (conduites de cultures, conseils pratiques....)

Nous avons pu ainsi déguster du bon raisin blanc cultivé sur place et sommes reparti avec un petit pot de miel fabriqué par un apiculteur qui a placé ses ruches dans le jardin Prelude

Cette semaine voici notre petite recette facile !!!!

Ingrédients (pour 6 personnes) : -

5 belles **pommes de terre** Eden (chaire tendre)

- 1 brocoli
- de la crème fraîche
- un peu de lait chaud
- muscade
- sel et poivre

Préparation de la recette : éplucher les pommes de terre. Couper les brocolis.

Faire chauffer 10 mn à la cocotte-minute à partir de la rotation.

Une fois cuit passer le tout au mixeur avec crème fraîche, un peu de lait chaud, muscade sel et poivre.



Découverte d'une plante exotique aux jardins de Prelude : « la Christophine » ou « Chayotte »

Cette semaine voici notre petite recette facile !!!!

Ingrédients (pour 6 personnes) : -

5 belles **pommes de terre** Eden (chaire tendre)

- 1 brocoli
- de la crème fraîche
- un peu de lait chaud
- muscade
- sel et poivre

Préparation de la recette : éplucher les pommes de terre. Couper les brocolis.

Faire chauffer 10 mn à la cocotte-minute à partir de la rotation.

Une fois cuit passer le tout au mixeur avec crème fraîche, un peu de lait chaud, muscade sel et poivre.



