



## L'écho des salades

Le panier de la semaine 45 Année 2015

Panier à 10.00 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
1 frisée	2.50 €
Chou « romanesco »	3.00 €
Mâche 200g	2.10 €
Courges 1kg	2.50 €
Tomates 300g	0.75 €
	€
	€
<b>Valeur du panier</b>	<b>10.85 €</b>

Légumes	Prix
1 frisée	2.50 €
Chou « romanesco »	3.00 €
Mâche 300g	3.15 €
Echalotes 200g	1.00 €
Courges 1,5kg	3.75 €
Tomates 800g	2.00 €
	€
<b>Valeur du panier</b>	<b>15.40 €</b>

### Parole de jardinier : « Devoir de vacances. »

Nous avons commencé à planter les épinards début Septembre (semaine 37). Nous avons mis en place 1 planche de 40m qui correspond à 4 caisses de 140 plants chacune. Nous allons renouveler ce travail 3 fois tous les 15 jours.

Question 1: « Quelle semaine terminerons-nous ? »

Question 2: « Combien d'épinards aurons-nous plantés en tout ? »

Nous avons commencé la récolte des premiers il y a 15 jours.

Question 3: « Quand récolterons-nous les derniers ? »

Thierry



## L'écho des salades

Le panier de la semaine 45 Année 2015

Panier à 10.00 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
1 frisée	2.50 €
Chou romanesco	3.00 €
Mâche 200g	2.10 €
Courges 1kg	2.50 €
Tomates 300g	0.75 €
	€
	€
<b>Valeur du panier</b>	<b>10.85 €</b>

Légumes	Prix
1 frisée	2.50 €
Chou romanesco	3.00 €
Mâche 300g	3.15 €
Echalotes 200g	1.00 €
Courges 1,5kg	3.75 €
Tomates 800g	2.00 €
	€
<b>Valeur du panier</b>	<b>15.40 €</b>

### Parole de jardinier : « Devoir de vacances. »

Nous avons commencé à planter les épinards début Septembre (semaine 37). Nous avons mis en place 1 planche de 40m qui correspond à 4 caisses de 140 plants chacune. Nous allons renouveler ce travail 3 fois tous les 15 jours.

Question 1: « Quelle semaine terminerons-nous ? »

Question 2: « Combien d'épinards aurons-nous plantés en tout ? »

Nous avons commencé la récolte des premiers il y a 15 jours.

Question 3: « Quand récolterons-nous les derniers ? »

Thierry

Cette semaine Thierry vous propose sa recette :

« *Potiron gourmand* » (*Potiron rouge vif d'Etampes*).

**Ingrédients (2 p):** 1 morceau de potiron (700 g environ) ; 2 tranches de pain de mie grillées et sèches (les couper en croûtons) ; 40 g de comté râpé ; 1 gousse d'ail écrasée ; 1 briquette de crème liquide allégée ; 1 cube de bouillon de volaille.

**Préparation :** Eplucher morceau au couteau. Le couper en tout petits cubes (il cuira plus vite) et le répartir dans deux plats individuels allant au four. Parsemer d'une demi gousse d'ail écrasée par plat, et d'un demi cube de bouillon de poule réduit en miettes (s'il est friable, faites-le à la main, sinon écrasez-le finement dans un pilon). Puis ajouter par-dessus les croûtons de pain grillés, le comté râpé et la crème liquide. Pour finir enfourner pendant 30 mn à 180°C (Th 6), afin de cuire le potiron et gratiner le fromage.



Question subsidiaire : *Quel âge ont les épinards que Thierry est en train de cueillir ?*

Cette semaine Thierry vous propose sa recette :

« *Potiron gourmand* » (*Potiron rouge vif d'Etampes*).

**Ingrédients (2 p):** 1 morceau de potiron (700 g environ) ; 2 tranches de pain de mie grillées et sèches (les couper en croûtons) ; 40 g de comté râpé ; 1 gousse d'ail écrasée ; 1 briquette de crème liquide allégée ; 1 cube de bouillon de volaille.

**Préparation :** Eplucher morceau au couteau. Le couper en tout petits cubes (il cuira plus vite) et le répartir dans deux plats individuels allant au four. Parsemer d'une demi gousse d'ail écrasée par plat, et d'un demi cube de bouillon de poule réduit en miettes (s'il est friable, faites-le à la main, sinon écrasez-le finement dans un pilon). Puis ajouter par-dessus les croûtons de pain grillés, le comté râpé et la crème liquide. Pour finir enfourner pendant 30 mn à 180°C (Th 6), afin de cuire le potiron et gratiner le fromage.



Question subsidiaire : *Quel âge ont les épinards que Thierry est en train de cueillir ?*

