



L'écho des salades

Le panier de la semaine 9 Année 2014

Panier à 10.00 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
P de terre 1,2kg	2.40 €
Poireaux 1kg	2.50 €
Carottes 500g	1.25 €
Courge spaghetti	2.00 €
Navet violet 800g	2.00 €
Valeur du panier	10.15 €

Légumes	Prix
P de terre 2 kg	4.00 €
Poireaux 1,5kg	3.75 €
Carottes 1kg	2.50 €
Courge spaghetti	2.00€
Navet violet 800g	2.00 €
Oignons 400g	1.00 €
Valeur du panier	15.25 €

Parole d'ouvrière : « Une belle histoire d'échange et de solidarité. »

Yves notre collègue de l'équipe maraichage a un voisin de 82 ans, Jean, instituteur en retraite qui sait faire les paniers en osier. En ce moment, il vient enseigner sa passion et son art de vannier à mon équipe « sous traitance ». Il arrive avec tout son matériel : de longues branches d'osier, ses gabarits en bois et tous ses outils : pinces, marteaux.... Pour le moment nous le regardons simplement travailler avec notre moniteur et avec admiration. Je trouve beau que ce monsieur nous donne de son temps pour partager. Virginie



L'écho des salades

Le panier de la semaine 9 Année 2014

Panier à 10.00 €

Panier à 15.00 €

Légumes	Prix
P de terre 1,2kg	2.40 €
Poireaux 1kg	2.50 €
Carottes 500g	1.25 €
Courge spaghetti	2.00 €
Navet violet 800g	2.00 €
Valeur du panier	10.15 €

Légumes	Prix
P de terre 2kg	4.00 €
Poireaux 1,5kg	3.75 €
Carottes 1kg	2.50 €
Courge spaghetti	2.00 €
Navet violet 800g	2.00 €
Oignons 400g	1.00 €
Valeur du panier	15.25 €

Parole d'ouvrière : « Une belle histoire d'échange et de solidarité. »

Yves notre collègue de l'équipe maraichage a un voisin de 82 ans, Jean, instituteur en retraite qui sait faire les paniers en osier. En ce moment, il vient enseigner sa passion et son art de vannier à mon équipe « sous traitance ». Il arrive avec tout son matériel : de longues branches d'osier, ses gabarits en bois et tous ses outils : pinces, marteaux.... Pour le moment nous le regardons simplement travailler avec notre moniteur et avec admiration. Je trouve beau que ce monsieur nous donne de son temps pour partager. Virginie

Cette semaine, Virginie vous propose sa recette :

« Courge spaghetti à la carbonara. »

Ingrédients : 1 courge spaghetti ; 2 oignons ; 200 g de lardons ; 25 cl de crème fraîche épaisse ; 100 g de parmesan.

Préparation de la recette : Faire cuire la courge spaghetti entière dans une casserole environ 1h ou 30 min dans une cocotte-minute.

Ensuite la couper en deux dans le sens de la longueur, enlever les graines et tirer la chair avec une fourchette. Laisser égoutter.

Dans un wok ou une poêle, faire revenir les lardons et les oignons, mettre les spaghettis de courge et ajouter la crème. Saler et poivrer et enfin saupoudrer de parmesan. Bon appétit !



Virginie s'initie à la vannerie.

Le saviez-vous ? La période de semis de radis s'étale tout au long de l'année avec une préférence pour Février et l'été de Juin à Septembre. Pour qu'ils soient plus doux faites-les pousser au milieu de vos salades.

Cette semaine, Virginie vous propose sa recette :

« Courge spaghetti à la carbonara. »

Ingrédients : 1 courge spaghetti ; 2 oignons ; 200 g de lardons ; 25 cl de crème fraîche épaisse ; 100 g de parmesan.

Préparation de la recette : Faire cuire la courge spaghetti entière dans une casserole environ 1h ou 30 min dans une cocotte-minute.

Ensuite la couper en deux dans le sens de la longueur, enlever les graines et tirer la chair avec une fourchette. Laisser égoutter.

Dans un wok ou une poêle, faire revenir les lardons et les oignons, mettre les spaghettis de courge et ajouter la crème. Saler et poivrer et enfin saupoudrer de parmesan. Bon appétit !



Virginie s'initie à la vannerie.

Le saviez-vous ? La période de semis de radis s'étale tout au long de l'année avec une préférence pour Février et l'été de Juin à Septembre. Pour qu'ils soient plus doux faites-les pousser au milieu de vos salades.
