

La Feuille de Choux

Semaine 22–Année 2024

Dans votre panier cette semaine :



Le Pays fait son jardin



Légumes	Prix à l'unité	Estim. panier	Prix panier
Betterave botte	2.30€/kg	1 botte	2.30 €
Choux rave	1.70€/p	2 pièces	3.40 €
Pommes de terre nouvelles	5.50€/kg	750g	4.13 €
Laitue	1.50€/p	1 pièce	1.50 €
Produits issus de l'agriculture biologique. Catégorie II Certificateur : FR-BIO-10 / Agriculture France			11,38 €

Pour accéder à votre solde :

Connexion au site :

www.lepaysfaitsonjardin.cocagnebio.fr

Identifiant : votre mail

Mot de passe : votre mot de passe

La liste des légumes sera transmise le mercredi car il nous est difficile d'anticiper à cette période de l'année.

Emmanuel, l'ouvrier aux multiples talents

La polyvalence est le maître mot des ouvriers du jardin. Emmanuel en est l'exemple, en tant qu'ouvrier polyvalent, il touche à tout : maintenance, entretien, menuiserie, plomberie, aménagement intérieur et extérieur, création de divers outils (...)

Ces derniers temps, il s'est consacré à l'ameublement du magasin, d'un bureau, des accès extérieurs (rampe + marche), afin d'améliorer nos conditions de travail.



Merci Emmanuel au nom de toute l'équipe pour ton professionnalisme et tes multiples compétences. C'est ce qu'on appelle le talent à l'état brut !!!

Le coin des recettes

Chou rave



Ingrédients : 4 personnes

- 1 gros chou-rave d'environ 800 g
- 2 pommes de terre à chair ferme
- 50 cl de lait
- 1 gousse d'ail
- sel, poivre

Préparation :

Pelez le chou-rave et les pommes de terre, coupez-les en tranches régulières, plutôt fines, sans les laver. Pelez et écrasez la gousse d'ail. Mettez le lait à chauffer dans une grande casserole. Salez, poivrez et ajoutez l'ail pressé. Jetez les tranches dans le lait bouillant et laissez cuire à feu moyen en remuant régulièrement pour que ça n'attache pas, pendant une dizaine de minutes environ, jusqu'à ce que les légumes soient tendres, mais sans s'écraser. Égoutter les légumes et faire réduire le lait de cuisson. Déposer les légumes dans un plat à gratin, en couches superposées. Couvrir avec le lait. Enfourner et faire cuire presque une heure à 180°C.

Mousse de betteraves



Ingrédients :

500 g de betteraves cuites
et épluchées
150 g de ricotte
1 c. à s. de jus de citron
1 c. à s. de vinaigre de cidre
2 c. à s. d'huile
un peu d'ail
sel, poivre

Préparation :

Couper les betteraves en petits morceaux. Mélanger tous les ingrédients dans un robot et mixer. Ajustez l'assaisonnement à votre goût. Verser dans les verrines. Laisser au frais avant de servir.

Pour varier

On peut remplacer la ricotte par du fromage blanc et ajouter des blancs d'œufs battus en neige. Décorer avec des graines de sésame ou des feuilles de basilic, par exemple.