

La Feuille de Choux

Semaine 46–Année 2024

Dans votre panier cette semaine :



Le Pays fait son jardin



RÉSEAU
COCAGNE



Légumes	Prix à l'unité	Estim. panier	Prix panier
Chou Fleur	3.20€/p	1 pièce	3.20 €
Pommes de terre	2.30€/kg	800g	1.84 €
Kiwano	3.00€/p	1 pièce	3.00€
Chicorée Pain de Sucre	1.80€/p	1 pièce	1.80€
Radis noir	3.50€/kg	400g	1.40€
Produits issus de l'agriculture biologique Catégorie II Certificateur : FR-BIO-10 / Agriculture France			11,24€

Pour accéder à votre solde :

Connexion au site :

www.lepaysfaitsonjardin.cocagnebio.fr

Identifiant : votre mail

Mot de passe : votre mot de passe

Halloween au sein du jardin

Le jeudi 31 octobre 2024, Myrtille et son équipe du Dispositif Premières Heures en chantier, nous ont préparé une magnifique décoration pour Halloween au sein du magasin pour le plus grand plaisir des petits et des grands.

Pour la petite histoire, la fête de Samain, l'ancêtre de la fête d'Halloween dure 7 jours : 3 jours avant et 3 jours après la pleine lune quelle que soit l'origine sociale sous peine de châtement divin. Le festin se compose en abondance de viande de porcs, de bière, d'hydromel et de vin. Cette fête est destinée à créer des passerelles entre 2 mondes : celui du réel (les vivants) et celui de l'imaginaire (les morts).



Le coin des recettes

Parmentier de chou fleur



Ingrédients : 4-5 pers.

- 500 g de chou-fleur
- 250 g de viande hachée
- 50 g de fromage râpé
- 25 cl de sauce béchamel
- 20 g de beurre
- 1 oignon
- sel, poivre noir

Préparation : Laver, nettoyer, détailler et blanchir le chou-fleur. Préparer la farce dans une poêle, sur feu moyen : faire revenir l'oignon dans le beurre, jusqu'à ce qu'il fonde, puis ajouter la viande hachée. Laisser mijoter pendant 10 min. Saler et poivrer. Dans un plat beurré allant au four, étaler une couche de chou-fleur puis recouvrir d'une couche de farce. Parsemer d'un peu de fromage râpé, puis recouvrir d'une dernière couche de chou-fleur. Étaler ensuite une couche de sauce béchamel et parsemer encore de fromage râpé. Enfournier à four chaud pendant 20 min.

Tatin de radis noir



Ingrédients : 6 personnes

- 1 pâte feuilletée
- 1 radis noir long (ou 3 petits ronds)
- 3 c. soupe de sucre
- 1 c. soupe de vinaigre balsamique
- 30 g de beurre
- 1/2 bouquet de persil frais
- sel, poivre

Préparation : Éplucher les radis noirs. Les couper en minces rondelles. Les blanchir dans l'eau bouillante salée pendant 5 minutes. Égoutter et réserver. Hacher le persil. Préchauffer le four à 200°C. Préparer ensuite le caramel balsamique. Pour cela, faire doucement fondre le sucre dans une casserole anti-adhésive en le remuant bien, jusqu'à ce qu'il se colore un peu. Retirer du feu, attendre un peu et ajouter le vinaigre balsamique en remuant. Verser ce caramel dans le fond du moule à tarte. Disposer quelques noisettes de beurre sur le caramel. Semer de persil haché. Disposer ensuite les rondelles de radis noir en rosace. Poivrer. Étaler la pâte feuilletée en disque. La piquer à la fourchette. Recouvrir en rentrant bien les bords de la pâte dans le moule. Enfournier pour environ une demi-heure. La pâte doit être bien dorée. Sortez du four, démoulez et dégustez.