

PANIER 2 Personnes

400 g d'épinards	2.00 €
1 kg de pommes de terre	1.60 €
(Nicolas - chair fondante)	
600 g de carottes	1.20 €
600 g de poireaux	1.68 €
130 g de mâche	1.30 €
250 g d'échalotes	1.25 €

TOTAL : 9,03 €

PANIER 4 Personnes

800 g d'épinards	4.00 €
2 kg de pommes de terre	3.20 €
(Nicolas - chair fondante)	
1.2 kg de carottes	2.40 €
1.2 kg de poireaux	3.36 €
260 g de mâche	2.60 €
500 g d'échalotes	2.50 €

TOTAL : 18,06 €

au menu de la
semaine prochaine

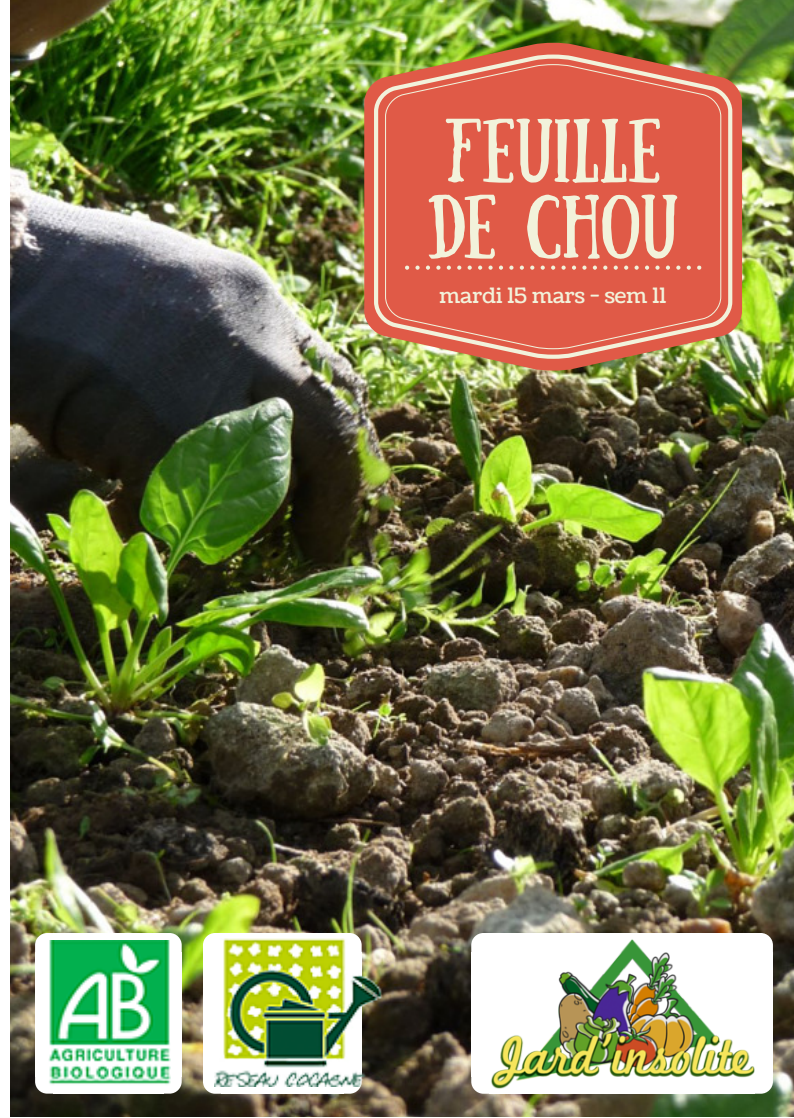
Blettes, Carottes, Pommes de terre
Ail vert, Radis noir, Mâche ou Mesclun

VOUS AVEZ ENVIE DE LEGUMES SAINS . . .
ILS ONT BESOIN DE TRAVAIL . . .
ALORS ENSEMBLE, CULTIVONS LA SOLIDARITE

Jard'insolite - Réseau Cocagne

06.72.00.68.84 - jard.insolite@orange.fr

www.jardinsolite.fr



Chers adhérents,

Nous n'avons pas chômé cet hiver : entre le ponton refait à neuf, le curage de la mare (encore merci à l'équipe du lycée), le sol du grenier qui est devenu un vrai plancher sur lequel nous allons pouvoir circuler, stocker... (merci M. Laurier !), la fabrication des paniers (et l'atelier peinture, merci Mme Grimaud...). Nous n'allons pas en rester là, maintenant, il est temps de passer au travaux des champs !



Nous vous en parlions il y a quelques semaines:
... ça y est, le site est en ligne !

Vous le trouverez à l'adresse www.jardinsolite.fr

RECETTE DE LA SEMAINE (trouvée sur le site journal des femmes)

FEUILLETES

épinards et chèvre

INGREDIENTS pour 4 personnes

400 g d'épinards

10 cl de crème fraîche épaisse

2 crottins de chèvre

1 jaune d'œuf

1 pâte feuilletée

sel et poivre



Faire blanchir quelques minutes les épinards, bien les égouttez puis les hacher et ajouter la crème.

Mettre le four à préchauffer à 180 °C.

Etaler la pâte feuilletée et la couper en 4. Répartir les épinards (environ 2 bonnes cuillères), ajouter 1/2 crottin et replier la pâte pour former des petits "paquets".

Dorer les feuilletes au jaune d'œuf.

Pour finir, cuire au four à 180°C pendant 20 minutes.