



**Jardin de Cocagne**  
**Rue Romaine – Lhopiteau 28150 Voves**  
**Carole : 02 37 99 51 61**  
**Jean-Luc : 07 86 00 46 33**  
**Site internet : [www.jardinsolibio.fr](http://www.jardinsolibio.fr)**

Email : [solibiovoves@orange.fr](mailto:solibiovoves@orange.fr)  
Soli-Bio est producteur de légumes bio, et revendeur de légumes bio, ou en conversion, d'origine française  
Pour les légumes produits sur le jardin, le n° de licence ECOCERT est le :  
28/109688/60136

## L'idée Recette

### Crostini de Chèvre et Mizuna

#### Préparation :

#### Cuisson :

#### Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 1 bouquet de mizuna
- 6 tranches de pain de campagne
- 70 g de chèvre frais
- de l'huile d'olive
- 1 pincée de fleur de sel
- 1 petite pincée de piment (facultatif)

#### Préparation :

Laver le mizuna et bien l'égoutter. Faire griller les tranches de pain de campagne.

Mettre un chauffer un peu d'huile d'olive dans une poêle puis y mette le mizuna coupé en morceaux grossiers. Faire revenir 1 petite minute, pas plus.

Tartiner le chèvre sur les tranches de pain grillé, répartir le mizuna puis saupoudrer d'un peu de piment et de fleur de sel.

Servir immédiatement.

## Panier du Mardi 28 Novembre

(Sous réserve de changement de dernière minute)

#### Panier à 11 €

- Pomme de terre : 1.22€
- Poireaux : 1.84€
- Oignons rouge : 0.75€
- Misuna : 3.06€
- Chou rouge : 1.53€
- Mâche : 2.21€

#### Panier à 16 €

- Pomme de terre : 2.04€
- Fenouil : 2.19€
- Poireaux : 3.06€
- Oignons rouge : 2.24€
- Misuna : 6.12€

## ACTUALITÉS DU JARDIN

Les fêtes de fin d'année approchent et nous pouvons vous proposer plusieurs idées de cadeau ! Il reste quelques agendas et des pots de confiture préparés amoureusement par Sandrine, notre confiturière préférée.....

Un conseil culinaire, la confiture de tomates vertes aux épices est parfaite pour accompagner un foie gras, ou plus modestement un fromage de chèvre. Nouveauté de cette année, la confiture potiron orange apporte un rayon de soleil par temps de grisaille.

Pour vous-même ou pour offrir, n'hésitez pas à commander ces produits qui seront mis dans vos paniers et décomptés, comme d'habitude en fin de mois dans votre solde. Les tarifs : 12 € pour l'agenda et 4 € le pot de confiture.

Claire Genova 07 86 00 46 31



**Le panier de la semaine prochaine**  
Carottes, Pomme, salade, lentilles, butternut ou potimarron, persil.

(Sous réserve de changement de dernière minute)