



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

Email : 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

Velouté de mâche

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 25 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 barquette de mâche (150 g)
- 30 g de beurre
- 1 grosse pomme de terre (200 g environ)
- 1 cube de bouillon de volaille
- sel poivre

Préparation :

Faire revenir la mâche et la pomme de terre coupée en morceaux dans le beurre pendant quelques minutes.

Ajouter 1 litre d'eau et le cube de bouillon de volaille, du sel et du poivre. Faire cuire 25 min.

Mixez. Déguster avec un peu de crème fraîche si vous voulez.

Remarques :

Au moment de servir, j'ajoute parfois quelques feuilles de mâche entières réservées et quelques dés de feta.

Panier du

Date 28 mars 2017

(Sous réserve de changement de dernière minute)

Panier à 11 €

- Blette : 1,63 €
- Carottes : 1,67 €
- Persil : 1,36 €
- Mâche : 2,75 €
- Chou : 1,99 €
- Poireaux : 1,36 €
-

Panier à 16 €

- Salade : 1,70 €
- Carottes : 2,38 €
- Mâche : 4,59 €
- Chou : 3,06 €
- Courge : 4,11 €

ACTUALITÉS DU JARDIN

Retour du printemps !

Nous commençons à préparer notre journée du 13 mai, deuxième édition de « la culture dans tous ses états ».

Le principe est simple, nous invitons des artistes à se joindre à nous, adhérents ou non de Soli-Bio. Vous êtes musicien, peintre, écrivain, photographe, cinéaste, etc....., amateur ou professionnel : faites nous profiter de votre passion !

Notre participation : vous faire découvrir le jardin, vous permettre d'acheter des légumes et des plants, vous préparer, sur inscription, un barbecue bio, proposer des animations spécifiques pour les enfants, avec, en particulier, un atelier de fabrication de cerf volants.... Ce n'est qu'un programme indicatif, à préciser et à compléter.

Cela peut sembler lointain, mais le temps passe vite !

N'hésitez pas à nous contacter pour manifester votre intérêt ou préciser vos attentes. Un mail, un appel, un message : toute initiative est bienvenue...

Claire Genova
07 86 00 46 31

Le panier de la semaine prochaine

Blettes, kiwis, lentilles, persil, pommes de terre, radis, salade.

(Sous réserve de changement de dernière minute)