



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

Ragout de scaroles

Préparation : 15 min

Cuisson : 1h30

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 scarole
- 1 gousse d'ail
- Pomme de terre
- Sel
- Poivre
- Muscade
- Beurre

Préparation :

- Pour commencer nettoyer la scarole, découper la scarole en petit morceaux.
Dans une casserole, faire fondre du beurre jusqu'à ce qu'il brunisse. Mettre alors les scaroles.
Couper en morceaux de la gousse d'ail et ajouter un peu d'eau.
Laisser mijoter 30 min à feu doux en remuant souvent.
Après 30 min, ajouter les Pommes de terre coupées en morceaux ainsi que le sel, le poivre, la noix de muscade.
Laisser cuire à feu doux jusqu'à ce que les pommes de terre soient cuites.
Vider excédent d'eau et avec un presse-purée mélanger le tout.
Bon appétit à tous et à toutes !

Panier du

Mardi 10 Octobre

(Sous réserve de changement de dernière minute)

Panier à 11 €

- Persil : 1.53 €
- Carottes: 1.63€
- Betteraves Rouge : 1.53€
- Choux Fleur : 2.38€
- Echalotes : 1.84€
- Radis : 1.70 €

Panier à 16 €

- Betteraves Rouge : 3.06 €
- Salade scarole : 2.55 €
- Choux Fleur : 2,38 €
- Carottes : 2,72 €
- Pomme de Terre : 2.65€
- Echalotes : 2.30 €

ACTUALITÉS DU JARDIN

Les Artisanales ont fermé leurs portes après un weekend mitigé à plusieurs niveaux.

De l'endroit où nous étions, les Ateliers des Carnutes (les sapins !) et nous-mêmes, la fréquentation nous a semblé un peu étrange : faible vendredi et samedi, impressionnante dimanche de 16 heures à 19, pas si mal lundi. Nos collègues exposants semblaient avoir le même constat.

Notre bilan est aussi partagé : de beaux échanges, peu de ventes directes, mais des contacts fructueux. Dès lundi, deux adhésions fermes et deux paniers tests !

Ce fut un plaisir de dialoguer avec ceux d'entre vous qui sont passés nous voir, et ce d'autant plus que les retours sont très positifs !

A final, nous avons participé à une belle opération de communication, pas de regrets !

Nous avons aussi été interviewé par Radio Intensité.

A retrouver sur le lien suivant :

<http://intensite.net/2009/artisanales-claire-genova-soli-bio-262569>

Claire Genova
07 86 00 46 31

Le panier de la semaine prochaine
Chou blanc, courge, navet marteau,
blette, persil, céleri rave

(Sous réserve de changement de dernière minute)