



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

Tajine de topinambours

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 35 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 kg de topinambours
- 2 gousses d'ail
- 2 oignons
- 2 carottes
- persil
- 10 cl d'huile d'olive
- 12 olives noires
- un sachet d'épices a tajine
- sel, poivre
- 10 cl d'eau chaude

Préparation :

Epluchez les topinambours, rincez-les dans de l'eau vinaigrée et séchez-les.
Coupez-les en petits morceaux.
Pelez et écrasez l'ail.
Pelez et émincez les oignons et les carottes.
Hachez le persil.
Dans le plat à tajine (ou une cocotte ou un wok) faites revenir l'ail et l'oignon dans l'huile.
Ajoutez les topinambours et les carottes avec les olives et le persil.
Saupoudrez les épices.
Salez, poivrez.
Versez l'eau chaude.
Mélangez bien.
Laissez cuire pendant 35 min à feu doux.

Panier du Mardi 06 février 2017

(Sous réserve de changement de dernière minute)

Panier à 11 €

- Radis noir : 1,45 €
- Pommes breaburn : 2,14 €
- Flageolets : 1,53 €
- Pommes de terre ALLIANS : 2,04 €
- Topinambour : 1,87 €
- Oignons jaune : 1,63 €

Panier à 16 €

- Radis noir : 2,31 €
- Pommes breaburn : 3,06 €
- Flageolets : 2,55 €
- Pommes de terre ALLIANS : 2,04 €
- Topinambour : 2,99 €
- Chou blanc : 1,63 €

ACTUALITÉS DU JARDIN

Nous avons un taux de réponse tout à fait intéressant sur la question des sacs. A ce jour, 73 personnes ont répondu, ce qui représente un bon tiers de nos adhérents. Sur ces 73 réponses, 60 sont pour les sacs biodégradables, 6 pour les sacs plastiques et 7 posent des questions supplémentaires, que l'on retrouve aussi dans les messages porteurs de réponses.

Quelques précisions : nous avons eu, il y a 3 ans, la visite des services d'Etat chargé d'évaluer les mesures d'hygiène de nos procédés de récolte de légumes et de préparation des paniers. Ce contrôle faisait suite au problème d'E. Coli qui avait causé la mort de plusieurs consommateurs européens. Attribué au départ à de concombres bio espagnols et finalement lié à la consommation de graines germées bio allemandes, ce grave problème sanitaire a logiquement conduit à des visites ciblées en France.

Nous avons eu très peu de remarques, juste la nécessité de mieux distinguer les caisses transportant des légumes avant lavage de celles avec des légumes propres. Le contrôleur avait souligné l'importance de mettre, dans nos cabas, des sacs de protection, pour éviter les salissures, ce que nous faisons déjà. Nous ne pouvons donc pas les éviter complètement. Nous tentons de réserver les sacs plastiques aux légumes mouillés, les légumes étant lavés peu de temps avant la préparation des paniers. L'individualisation des sacs facilite les procédures, ce qui fait un emballage par légume, mais nous allons tenter de réduire le nombre de sacs et de trouver des sacs papier, peu épais, mais plus grands.

Nous recyclons tous les sacs qui nous sont rendus, papiers ou plastiques, mais c'est insuffisant. Merci à tous ceux qui font cet effort ! On peut certes douter du bilan carbone des sacs biodégradables, mais ils nous assurent, au moins, de ne pas enrichir le sixième continent.... A suivre....

Claire Genova 07 86 00 46 31

Le panier de la semaine prochaine
Coulis, pommes de terre, carottes, avocats, ail,
poireaux, chou.

(Sous réserve de changement de dernière minute)