



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

TARTE AUX POIVRONS

Préparation : 1H20

Cuisson : 2 fois 30 min

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- Pâte feuilletée
- 3 poivrons
- 100g de coulis de tomates
- 1 gousse d'ail
- Sel
- poivre

Préparation :

1. Coupez les poivrons en deux et épépinez-les. Placez-les sur une plaque couverte de papier cuisson puis enfournez les 30min à 180°C.
2. Une fois cuit, retirez la peau et coupez-les en lamelles assez fine .
3. Etalez la pâte, badigeonnez la de coulis de tomate.
4. Puis disposez de manière harmonieuse les lamelles de poivrons.
5. Ajoutez l'ail émincé, sale et poivrez
6. Enfourez pour 30min à 180°C
7. Dégustez chaud ou froid accompagné d'une salade.

Panier du

Date 08 aout

(Sous réserve de changement de dernière minute)

Panier à 11 €

- Salade : 1,53 €
- Courgettes : 1,84 €
- Poivrons : 2,13 €
- Tomates : 3,06 €
- Aubergines : 1,99 €

Panier à 16 €

- Poivrons : 3.40 €
- Courgettes : 3,06 €
- Salade : 1,53 €
- Tomates : 3,40 €
- Aubergines : 2.65 €
- Concombre : 1,70 €

ACTUALITÉS DU JARDIN

Notre première tournée de coulis de la saison est partie !

Une petite explication pour les nouveaux adhérents. Les vacances d'été représentent pour nous une période contradictoire. Beaucoup de personnes en vacances et beaucoup de productions qui pourraient être perdues.

Nous avons fait, en 2011, une première expérience de transformation, avec la « reinette verte », qui avait produit du jus de tomates avec nos produits. C'était la seule possibilité de transformation dans le département. Le jus était très bon, mais il avait peu soulevé d'enthousiasme.

Par la suite, nous avons trouvé une conserverie artisanale à Saint Ouen l'Aumône, qui pouvait fabriquer du coulis de tomates. Le produit était très réussi, mais le transport était fort contraignant !

Depuis 3 ans, nous avons l'opportunité de faire transformer nos tomates dans une conserverie qui est une entreprise d'insertion à Marcoussis, atelier lié à un autre jardin de Cocagne.

Ainsi, le coulis que vous trouverez dans vos paniers cet hiver est bien issu de nos légumes et participe aussi à une autre aventure d'insertion.

Claire Genova

07 86 00 46 31

Le panier de la semaine prochaine
poivron, concombre, courgette, aubergine, tomate

(Sous réserve de changement de dernière minute)