



Panier du Mardi 9 Janvier

(Sous réserve de changement de dernière minute)

Panier à 11 €

- Pomme de terre (ferme): 2.04€
- Chou : 1.36 €
- Carotte : 2.72€
- Betteraves : 1.53€
- Mizuna : 3.13€

Panier à 16 €

- Pomme de terre (ferme): 2.45€
- Chou : 2.82€
- Carotte : 2.72€
- Mâches : 5.10€
- Céleri : 2.60€

ACTUALITÉS DU JARDIN

Toute l'équipe du Jardin souhaite une bonne année 2018, à tous les adhérents ainsi qu'aux membres du Bureau ...

L'idée Recette

Chou sauce au beurre

Préparation : 20min

Cuisson : 20min

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 500g chou
- 1 carotte
- 1/2 oignon
- 50 g de beurre salé
- Poivre /Sel

Préparation :

- Nettoyer le chou, le couper en 4 et le mettre à cuire à l'eau bouillante durant 10 minutes. Emincer l'[oignon](#) et la [carotte](#) très finement et les faire fondre à feu très doux dans le [beurre](#). Couper le trognon et les côtes du chou, puis le détailler en lanières avant de l'incorporer dans la sauteuse avec le reste des légumes. Saler, poivrer et bien mélanger le tout. Laisser cuire pendant 10 minutes à feu doux en remuant de temps en temps afin d'éviter que ça n'accroche au fond de la cocotte.



Le panier de la semaine prochaine
Pomme de terre, poireaux, mâches, coulis de tomate, radis noir.

(Sous réserve de changement de dernière minute)