



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

TITRE

RECETTE COURGE ROUGE VIF D'ETAMPES

Préparation : 20 min

Cuisson : 25 min

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 100g de potiron rouge vif d'Etampes
- 30g de beurre
- 6 œufs
- 1c à soupe de persil haché
- 1c à soupe de ciboulette hachée
- 1c à soupe de cerfeuil haché
- 1c à soupe d'estragon haché
- 1 pincée de muscade râpée
- Sel
- Poivre

Préparation :

1 : Retirez les graines de la courge puis détaillez-la en morceaux

2 : Mettez les morceaux dans l'eau chaude afin de les ramollir légèrement

3 : Transformez-les en purée

4 : Dans un saladier fouettez la purée de courge avec 2 jaunes d'œufs. Rajoutez muscade, les herbes aromatiques le sel et le poivre.

5 Battez 6 blancs d'œufs en neige et ajoutez les délicatement à la purée.

Remplissez un moule avec cette préparation mettre au four à 180 c 25 min

Panier du mardi 4 septembre

(Sous réserve de changement de dernière minute)

Panier à 11 .30€

- Courge vif d'étampe : 3.06€
- Oignon jaune : 1.11€
- Pomme de terre : 2.04€
- Tomates ancienne : 2.35€
- Poivron de couleur : 1.28€
- Aubergine : 1.02€

Panier à 16 30€

- Courge vif d'étampe : 4.08€
- Oignon jaune : 2.21€
- Pomme de terre : 2.04€
- Tomates ancienne : 3.91€
- Poivron de couleur : 1.91€
- Concombre : 1.70€

ACTUALITÉS DU JARDIN

La période de vacances scolaires étant terminée les salariés ont repris leurs horaires de base donc début de journée à 8h30 jusqu'à 16h.

Nous avons recruté plusieurs maraîchers afin d'avoir plus de monde sur le jardin pour la récolte, le désherbage afin de mieux vous servir.

Il y a une bonne entente et une bonne solidarité entre tous les salariés donc c'est un plaisir de travailler en équipe.

Typhaine

Le panier de la semaine prochaine
Échalote, tomates, Concombre...

(Sous réserve de changement de dernière minute)