



Soli-BIO

le Jardin de Cocagne du Cœur de Beauce

une exploitation maraîchère biologique à vocation d'insertion sociale et professionnelle



Panier du Mardi 11 Décembre 2018

Sous réserve de changement de dernière minute

Panier à 11,30 €

Chou: 2.72€
Radis noir : 1.36€
Mâche : 2.55€
Pomme de terre: 2.04€
Pomme : 2.04€

Panier à 16,30 €

Chou: 2.72€
Radis noir : 1.36€
Mâche: 6.29€
Pomme de terre : 2.04€
Pomme : 3.04€

Actualités du jardin

Bonjour à tous.

Comme vous l'avez vu sur la page Facebook, nous avons retrouvé le dessin fait par un enfant dans un sac de légumes : nous recherchons le propriétaire !

Vous pouvez retrouver dans vos paniers des fruits de saison. Nous essayons de varier vos paniers pour la fin de l'année !

Et bientôt, à venir, soupes et coulis.

Typhaine, Virginie.

Une petite précision sur les modalités de calcul de paiement d'avance de vos paniers. Nous avons décidé, avec Oumou qui a remplacé Carole, de refaire le point avec vous toutes les 4 semaines, et non tous les deuxièmes mardis de chaque mois. Cela vous permettra de mieux suivre votre compte et d'avoir moins de mauvaises surprises dans les cas où il y a 5 semaines entre deux mardis. Il y a encore eu quelques erreurs de transition d'information avec le départ de Carole. Toutes nos excuses ! Nous faisons tout pour partir sur de bonnes bases en 2019.....

Claire Genova 07 86 00 46 31

L'idée Recette

Chou rouge aux pommes

Préparation : 30min

Cuisson : 40 min

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 chou rouge ou la 1/2 d'un gros
- 50 g de margarine
- Poivre / Sel
- 1 cuillère à soupe de vinaigre
- 2 pommes.
- Muscade râpée
- 1 cuillère à soupe de cassonade
- 1/2 verre d'eau

Préparation :

• Couper le chou rouge en fines lamelles et ôter les plus grosses côtes.

Les placer dans l'évier rempli d'eau et laver 2 fois. Egoutter dans une passoire.

Dans la [cocotte-minute](#) faire fondre la margarine à feu doux, puis ajouter le chou, [sel](#) et [poivre](#). Activer la cuisson et mélanger quelques minutes.

Ajouter le vinaigre, les [pommes](#) coupées en lamelles, un peu de [muscade](#), la cassonade. Enfin l'eau.

Fermer la cocotte. Quand la pression est atteinte, cuire à feu doux

25 minutes.

Le panier de la semaine

Mesclun, fenouil, radis botte, poireaux, clémentine, noix ... (Sous réserve de changement de dernière minute)

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

Jardin de Cocagne
Rue Romaine – L'hôpital 28150 Voves
<http://www.jardinsolibio.fr>
solibiovoves@orange.fr
Oumou : 02 37 99 51 61
Cindy : 07 85 82 75 53