



Soli-BIO

le Jardin de Cocagne du Cœur de Beauce

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



## Panier du mardi 19 Mars 2019

Panier à 11,30 €

Panier à 16,30 €

Carotte : 2.02€

Pâtes : 3.19€

Chou Rave : 1.22€

Salades : 1.70€

Radis Botte : 1.70€

Pomme de terre : 1.02€

Carotte : 2.60€

Pâtes : 3.19€

Chou Rave : 1.22€

Radis botte : 1.70€

Mâche : 2.55€

Pomme de terre : 2.04€

Roquette : 2.42€

"Légume" : production du jardin

\* : variété ancienne (selon le référentiel)

## Actualités du jardin

Avec les intempéries, nous avons eu de mauvaises surprises concernant la serre. Les bourrasques de vent ont entraîné plusieurs gros problèmes : nous ne pouvons plus ouvrir les façades avant et arrière et plusieurs crémaillères du toit ont été abîmées.

Nous avons ouvert un dossier auprès des assurances et attendons le devis du constructeur qui est venu constater les dégâts dès jeudi.... Un coup dur, vu la franchise élevée malgré une cotisation d'assurance de 2800 € par an uniquement pour la serre..... Un nouveau combat s'engage !

Autre actualité en matière d'équipement, il va nous falloir renouveler notre parc informatique, pour cause d'obsolescence. Ceux que nous avons étaient déjà des dons d'entreprises ou de particulier, mais nous devons les changer d'ici la fin de l'année. Ils ne peuvent supporter Windows 10 et ne recevront plus de mise à jour à compter du 1<sup>er</sup> janvier 2020, risque que nous ne pouvons pas prendre.

A suivre ! Claire Genova 07 86 00 46 31

## L'idée Recette

### TORTIS DE SARRASIN A LA ROQUETTE ET CAROTTES ROTIES

Préparation : 15 min

Cuisson : 15 min

Ingrédients (pour 4 personnes) :

3 carottes

1 filet d'huile d'olive

3 c. à soupe de pignons de pin

240 g de tortis au sarrasin

3 c. à soupe de pesto

3 belles poignées de roquette

2 c. à soupe de parmesan râpé

Préparation :

Peler les carottes et couper les extrémités.

Détailler en fines lamelles et disposer sur une plaque de cuisson. Napper d'huile d'olive, saler et enfourner pour 20 mn à 180 °C.

Enfourner également les pignons, pour 8 mn.

Cuire les tortis dans l'eau bouillante pendant 4 mn. Egoutter et mélanger avec le pesto.

Verser dans deux bols contenant la roquette, et mélanger. Ajouter les lamelles de carotte et les pignons.

Parsemer de parmesan râpé et servir.

## Le panier de la semaine

Céleri-rave, poireaux, pomme, Blette  
(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](mailto:solibiovoves@orange.fr)

Oumou : 02 37 99 51 61

Cindy : 07 85 82 75 53