



## Panier du Mardi 22 Janvier 2019

*Sous réserve de changement de dernière minute*

**Panier à 11,30 €**

Endive : 4.69€  
Betterave : 1.45€  
Carotte : 1.09€  
Pomme de terre: 2.04€  
Radis noir : 1.45€

**Panier à 16,30 €**

Betterave : 2.91€  
Pomme de terre: 2.04€  
Carotte : 2.72€  
Roquette: 2.42€  
Mâche : 3.40€  
Chou : 2.21€

## Actualités du jardin

Bonjour,

Malgré l'hiver qui s'annonce enfin nous attaquons le grand ménage de printemps.

Inventaire des outils, du matériel d'irrigation, et du local panier.....

Réaménagement de la serre et nouvelle disposition de nos tables de bassinage.

Nous avons pour objectif premier en 2019 « Kaizen », chaque chose identifiée doit être à sa place.

Et tout cela, afin de préparer la nouvelle saison du mieux qu'il soit...

Toute l'équipe Solibio.

## L'idée Recette

### Verrine de betterave crue au chèvre

**Préparation : 15min**

**Ingrédients (pour 4 personnes) :**

- 1 betterave crue
- 100 g de fromage de chèvre frais
- Sel
- Poivre
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de cidre
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 poignée de persil plat

**Préparation :**

Épluchez la [betterave](#).  
Coupez-la en tranches fines. Puis en dés.  
Placez-les dès au fond de la cocotte. Salez, poivrez.

Rincez le [persil](#) à l'eau vinaigrée. Écrasez le [chèvre frais](#), salez, poivrez, ajoutez un filet d'huile d'olive, un filet de vinaigre.

Hachez le persil. Ajoutez-le à la préparation au chèvre, mélangez.

Placez une cuillère de préparation sur la betterave. Décorez avec de la betterave hachée.

Mettre au frais minimum 1 heure.

Au moment de servir, ajoutez de la fleur de [sel](#).

## Le panier de la semaine

Velouté, poireau, mâche, topinambour, carotte, radis,...  
(Sous réserve de changement de dernière minute)