



## Panier du mardi 10 mars 2020

### Panier à 11.30 €

Poireaux : 2.58 €  
 Blettes : 2.58 €  
 Pommes de terre allians : 1.22 €  
 Panais : 1.73 €  
 Lentilles vertes : 2.24 €

### Panier à 16.30 €

Poireaux : 3.88 €  
 Blettes : 1.94 €  
 Pommes de terre allians : 2.04 €  
 Kiwis : 4.36 €  
 Panais : 2.89 €

"Légume" : production du jardin

\* : variété ancienne (selon le référentiel)

## Actualités du jardin

Les fleurs du printemps commencent à apparaître et, pour le jardin, c'est le début de la saison de préparation des plants. Pour cette année, en attendant l'évolution du projet de Lèves, c'est encore à Voves que tout se passe.

Depuis plusieurs années, nous organisons un évènement, « la culture dans tous ses états », occasion de vous proposer des plants et d'inviter différents artistes. Cette année la date de 16 mai choisie pour tenir compte de la date des saints de glace. Nous en reparlerons, mais si certains d'entre vous ont envie de participer pour nous faire découvrir leur talent, ils sont bienvenus ! Ce sera aussi l'occasion de fêter les 10 ans de Soli-Bio...

Claire Genova 07 86 00 46 31

## L'Idée Recette

### LENTILLES CREMEUSES BLETTES ET PANAIS

- 30 ml huile d'olive
- 1 poireau (le blanc) émincé
- 1 oignon haché
- 150 g carottes coupées morceaux de 1cm
- 1 branche de céleri coupée en rondelles
- 275 g panais pelés, coupés en morceaux de 1cm
- 3 gousses d'ail hachées
- 210 g lentilles vertes
- 1 l bouillon de légumes
- 2 feuilles de laurier
- 2 càs Thym
- 300 g blettes (côtes enlevées, feuilles hachées)
- 15 ml jus de citron
- 20 cl soja cuisine ou crème liquide légère

1. Faire chauffer l'huile dans une cocotte. Ajouter le poireau, l'oignon, la carotte et le céleri. Cuire, en remuant, pendant 6 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient ramollis. Ajouter le panais et l'ail. Cuire en remuant pendant 4 minutes ou jusqu'à ce que le mélange soit ramolli. Ajouter des lentilles. Cuire en remuant pendant 1 minute pour bien enrober.
2. Ajouter le bouillon, les feuilles de laurier et le thym. Laisser mijoter, partiellement couvert, en remuant de temps en temps, pendant 25 minutes environ.
3. Ajouter les blettes. Cuire, 8 minutes supplémentaires.
4. Ajouter le jus de citron et la moitié de la crème. Assaisonner. Arroser avec la crème restante et servir.

## Le panier de la semaine prochaine

Mâche, blettes, radis, topinambours, pommes de terre  
 (Sous réserve de changement de dernière minute)