



# Soli-BIO

le Jardin de Cocagne du Cœur de Beauce

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



## Panier du Mardi 31 Mars 2020

### Panier à 11,30 €

Radis : 1,70 €  
Blettes : 1,78 €  
Mâche : 2,55 €  
Poireaux : 1,45 €  
Ciboulette : 1,53 €  
Pommes de terre (chair ferme) : 1,84 €

### Panier à 16,30 €

Radis : 1,70 €  
Mâche : 5,95 €  
Pousses d'épinards : 0,32 €  
Ciboulette : 1,53 €  
Pommes de terre (chair ferme) : 2,04 €

"Légume" : production du jardin

\* : variété ancienne (selon le référentiel)

## Actualités du jardin

Les maraîchers ont finalement retenu plusieurs gestes qui nous permettront d'honorer la mémoire d'Éric : réaliser la table qu'il voulait construire en extérieur en gravant son nom dessus, planter un arbre pour lui et nous, après le confinement, pour fleurir sa tombe.

Vous avez été nombreux à manifester votre émotion à la lecture du texte de la semaine dernière et nous tenons à vous en remercier !

De même, vos encouragements et votre tolérance vis-à-vis des erreurs qui subsistent dans les livraisons, malgré nos efforts pour les supprimer, nous font chaud au cœur ! Il faut dire que nous sommes un peu victime de notre succès, avec pas mal de paniers tests et de modifications de livraisons. Difficile de tout suivre...

Un message à retenir : nous ne vous envoyons un message pour désigner les lieux de livraison qu'en cas de changement par rapport à la semaine précédente. Autrement dit, si vous n'avez pas de message contraire, votre point de livraison est le même que la semaine d'avant. En cas de doute de votre part, merci de vous renseigner la veille, cela évite des erreurs !

Claire Genova 07 86 00 46 31

## L'Idée Recette

### SABAYON LÉGER DE MÂCHE ET COPEAUX DE PARMESAN

Préparation :

Cuisson : 1H

Ingrédients (pour 4 personnes) :

300G mâche  
2 petits oignons nouveaux  
½ c. de beurre salé  
½ gousse d'ail  
50 ml de jus de légume (jus de cuisson de carottes ou pelures de légumes)  
100 g de beurre doux  
3 œufs  
8 copeaux de parmesan  
Fleur de sel

Préparation :

Émincez les oignons.

Faites-les suer dans le beurre salé. Ajoutez l'ail. Veillez à ce que les oignons ne se colorent pas trop. Ajoutez la mâche et faites revenir le tout, ensuite, mixez cette préparation.

Ajoutez le jus de légume et le beurre doux.

Passez au chinois et goûtez. Rectifiez l'assaisonnement.

Incorporez les œufs dans une casserole au bain-marie et fouettez longuement et régulièrement pour obtenir un sabayon léger.

Mettez le velouté dans le bol, superposez délicatement et à la dernière minute le sabayon. Déposez sur le sabayon les copeaux de parmesan.

## Le panier de la semaine prochaine

Radis, flageolet, orange, mâche, ...  
(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)

Mickael : 02 37 99 51 61

Cindy : 07 85 82 75 53