



Soli-BIO

le Jardin de Cocagne du Cœur de Beauce

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



Panier du mardi 27 Aout 2019

Panier à 11.30 €

Panier à 16.30 €

Tomates : 4.28€

Céleri branche : 1.33€

Concombre : 1.70€

Aubergine : 1.50€

Poivron : 2.04€

Tomates : 5.36€

Concombre : 1.70€

Courgette : 2.99€

Aubergine : 2.99€

Poivron : 2.86€

"Légume" : production du jardin

* certifié biologique (selon la réglementation)

Actualités du jardin

La semaine dernière, nous avons fait préparer le gaspacho à la Racinerie. Nous sommes allés chercher les produits vendredi dernier. Ce sont des bocaux de 1 litre. Qui ont demandé beaucoup de travail de transformation. Le résultat est très gourmand, avec une séparation de phase entre le jus des légumes et une pulpe dense. Nous allons le goûter au jardin la semaine prochaine, jour d'arrivée d'Alain, notre nouvel encadrant technique. L'équipe sera enfin au complet !

Une nouvelle saison qui commence, avec, nous espérons, de nouvelles perspectives de développement de commerciales vers les cantines des collèges et des lycées. Nous voilà bien placés pour devancer les obligations de la loi Egalim qui vont s'appliquer au plus tard 1^{er} janvier 2022 !

Claire Genova 07 86 00 46 31

L'Idée Recette

TATIN D'AUBERGINES ET DE POIVRONS AU CHEVRE FRAIS

Préparation : 45 min

Cuisson : 40 min

Ingrédients (pour 4 personnes) :

1 pâte brisée

2 aubergines / 3 poivrons

1 oignon rouge / 3 tomates

300 g de chèvre frais

Huile d'olive

Poivre / Sel

Sarriette / Thym / Romarin ...

Recette :

Pelez et coupez les aubergines en rondelles. Etalez-les sur une grille, badigeonnez d'un peu d'huile d'olive et enfournez à four chaud jusqu'à ce qu'elles soient cuites, tendres (35 mn)

Pelez et épépinez les tomates. Coupez-les en quartiers. Emincez les poivrons et l'oignon. Faites cuire dans une sauteuse, avec de l'huile d'olive bien sûr. Salez, poivrez et ajoutez-y les herbes. Faites bien évaporer l'eau.

Dans un moule à tarte, huilé, dispersez quelques cuillérées de fromage de chèvre, puis répartissez à peu près la moitié des tranches d'aubergines (les plus jolies!), pour en tapisser le fond.

Ajoutez-y le reste des légumes et tassez bien.

Répartissez alors les restes du fromage de chèvre, puis le reste des aubergines.

Enfourez une dizaine de minutes à 210°C (thermostat 7) environ.

Disposez la pâte brisée sur le dessus et rentrez les bords. Enfourez à nouveau, jusqu'à ce que la pâte soit bien cuite (environ 30 mn).

Le panier de la semaine prochaine

Pomme de terre, oignon rouge, poivron, tomates ancienne...

(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'hôpiteau 28150 Voves

<http://www.jardinsolibio.fr>

solibiovoves@orange.fr

Virginie : 02 37 99 51 61

Cindy : 07 85 82 75 53