



# Soli-BIO

le Jardin de Cocagne du Cœur de Beauce

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



## L'Idée Recette

### Potage de betteraves et patates douces rôties

Préparation : 20 min

Cuisson : 2h

Ingrédients (pour 10 portions) :

- 3 grosses betteraves
- 1 grosse patate douce
- 1 oignon
- 2 branches de céleri / 1 blanc de poireau
- 4 tasses de bouillon de poulet
- 30 mL de beurre / 30 mL d'huile d'olive
- 100 mL de crème sure / 50 mL de crème 15%
- 30 mL de jus de citron
- sel et poivre

Préparation :

Préchauffer le four à 180°C.

Emballer les betteraves et la patate douce dans du papier d'aluminium. Faire cuire au four pendant environ 1 h 30 ou jusqu'à ce que la patate douce soit molle au toucher. Laisser refroidir.

Peler avec les doigts ou une cuillère la patate douce et les betteraves refroidies. Couper la chair en dés.

. Passer l'oignon, les branches de céleri et le blanc de poireau au robot culinaire ou hacher finement.

. Dans un chaudron, faire revenir dans le beurre et l'huile la préparation d'oignon à feu moyen en brassant souvent pendant cinq minutes. Assaisonner.

. Ajouter la chair de patate douce et de betterave.

Continuer la cuisson pendant deux minutes toujours en brassant. Ajouter le bouillon de poulet ou de légumes.

. Couvrir et baisser le feu. Faire mijoter trente minutes, fermer le feu et laisser refroidir avant de passer au mélangeur pour obtenir une belle purée lisse.

. Mélanger les ingrédients de la garniture.

. Servir chaud avec un filet de la crème sûre au citron.

Mardi 13 Octobre 2020

Panier à 11,30 €

Panier à 16.30 €

Betteraves : 1.62€

Betteraves: 1.62€

Chou-fleur : 2.55€

Epinards : 2.90€

Patates douces : 3.57€

Radis botte : 1.70€

Tomate s: 1.36€

Patates douces : 5.95€

Pâtisson : 1.70€

Tomates : 2.72€

Courge : 1.07€

"Légume" : production du jardin

\* : variété ancienne (selon le référentiel)

## Actualités du jardin

Ce fut une belle fête, ce samedi 10/10/2020, pour nos 10 ans! Il faut dire que le temps nous a fait une belle surprise... Le beau soleil a sûrement favorisé l'envie de venir faire un petit tour.

Au final, nous avons eu une centaine de visiteurs avec une dizaine de bénévoles pour organiser la journée. L'ambiance était bienveillante et très détendue, avec, bien évidemment le respect des gestes barrière, qui n'a pas empêché de beaux échanges.

Toutes les propositions d'animation ont eu du succès. Presque tous les légumes ont été vendus, les produits locaux sont aussi bien partis et tout le pain, vraiment excellent, a trouvé preneur. La « Librairie du coin » a vendu une quinzaine d'ouvrage. En ces temps troublés, c'est une belle opportunité de mettre en valeur leur travail. Les artistes aussi, ont eu de bons échanges. Philippe a trouvé son auditoire et les visites du jardin ont eu un franc succès... Il ne manquait que notre maraîcher musicien qui n'a pas pu être présent

Bref, satisfaction à tous les étages, et, cerise sur le gâteau, un chiffre d'affaires, pour nous de 700 € sans compter les livres! Merci, merci....

Claire Genova 07 86 00 46 31

## Le panier de la semaine prochaine

Pomme jubilé, Céleri-rave, poireaux, carotte botte,

Navet violet, Radis noir,...

(Sous réserve de changement de dernière minute)