

Salade de pois chiche aux légumes

Pois chiches (en bocal, conserve) ; une courgette ; de l'huile d'olive ; du paprika fumé ou du cumin en poudre ; du thym séché ou persil, ou basilic, ou l'aromate de votre choix ; des tomates cerises ; 1 concombre (facultatif), de la feta, des olives, du citron.

Rincer les pois chiche (si en bocal) et les égoutter, laver et couper la courgette en rondelles assez fines. Couper les tomates cerise en deux, éplucher et couper le concombre en rondelles. Mélanger les pois chiche avec les légumes dans un saladier. Rajouter les olives, la feta coupée en morceaux, l'aromate haché finement, l'épice de votre choix, l'huile d'olive, le jus de citron. Réserver au frais. Déguster en entrée ou en plat principal.

Soupe aux lentilles corail, carotte et tomate

1,5 litre d'eau, 150 g de lentilles corail, 6 tomates, 1 carotte, 1 oignon, 1 bouquet garni : thym, laurier et persil, sel, poivre

Couper les carottes en rondelles, couper les tomates en morceaux, émincer l'oignon.

Jeter les carottes et l'oignon dans l'eau bouillante avec le bouquet garni. Laisser cuire environ 15 minutes.

Ajouter les tomates et, en dernier, les lentilles corail. Laisser mijoter encore 10 minutes.

Saler, poivrer au goût. Servir bien chaud avec des croustons de pain éventuellement.

Panier Duo

Légumes	Prix	Qtité	Total
Pomme de terre	2.50€/kg	0.6	1.50
Carotte	3.30€/kg	0.5	1.65
Poivron	5.00€/kg	0.3	1.50
Tomate paola	3.80€/kg	0.5	1.90
Tartinable	3.50€/p	1	3.50
			10.05

Variété pomme de terre: Maïwen chair ferme

Panier Famille

Légumes	Prix	Qtité	Total
Tomate ancienne	4.90€/g	0.8	3.92
Tomate cerise	9.00€/kg	0.25	2.25
Échalote	6.50€/kg	0.15	0.98
Courgette	3.60€/kg	0.6	2.88
Tartinable	3.50€/p	1	3.50
Pomme de terre	2.50€/kg	1	2.50
			16.03

Vols de légumes aux Jardins du Breil

Nous tenons à vous informer que nous faisons face à des vols de légumes importants. Cela ne date pas d'hier, mais le phénomène s'est amplifié ces dernières années, et la situation est actuellement critique : cette semaine nous nous sommes fait voler toute nos tomates sur pied (elles sont récoltées par les voleurs avant nous), tous nos concombres (environ 300 pièces).

Nous faisons le même constat dans nos courgettes et aubergines. Ce genre de vol « massif » est arrivé plusieurs fois au cours de l'été. Nous connaissons des vols en quantité moindre, mais réguliers, ce qui représente donc également une perte importante.

Nous avons pris des mesures ces dernières années, qui nous ont permis de quantifier et chiffrer les vols, et d'identifier certaines personnes. Des plaintes ont été déposées. Malheureusement nous n'avons pour le moment pas trouvé de solution efficace pour les empêcher, mais nous travaillons activement sur ce sujet (en plus de la gestion quotidienne de l'exploitation...)

Des tartinables dans vos paniers!

Sans transition... Nous vous proposons cette semaine un tartinable de courgettes-cacahuètes-paprika fumé, parfait avec du bon pain bio au levain à l'apéritif. Il a été produit avec notre surplus de courgettes cet été, dans le labo de transformation Transfarmearth, situé à Pacé. Vous en recevrez très ponctuellement, pour apporter un peu de diversité notamment au cours de l'hiver.