



FEUILLE DE CHOU

20-26 janvier 2025



Votre Panier

Panier à 8,50€

Blettes (300g)
Céleri rave (550g)
Chou de Milan (1 kg)
Oignons jaunes (500g)

Panier à 12€

Céleri rave (800g)
Chou pontoise (1 pièce)
Navets (300g)
Oignons jaunes (500g)
PdT (850g)

Panier à 17€

Carottes (980g)
Céleri rave (1 kg)
Chou pontoise (1 pièce)
Epinards (500g)
PdT (1kg)

(*) Production du jardin

Actualités

Bonjour à tous,

Il fait très froid et brumeux – les légumes sous serre sont voilés. Heureusement, les nouveaux préfabriqués sont maintenant entièrement rénovés et confortables pour la confection des paniers.



Nous démarrons les ateliers pour enfants au Compa (Musée de l'Agriculture de Chartres) aujourd'hui - avec l'école de Marcheville : 16 CE2 et 7 CM2. Au total, 23 ateliers sont programmés avec des enfants du primaire - de la maternelle au CM2 – jusqu'en juin pour leur faire découvrir et déguster des légumes de saison.

Nous lançons également deux Défis Alimentation, portés par la région Centre-Val de Loire : l'un avec le CCAS de Lucé et le second avec le centre social de Châteaudun. D'avril à juin, les participants bénéficieront de 5 ateliers cuisine et d'une visite de ferme pour mieux manger.

La semaine prochaine :

L'Idée Recette

Tarte au céleri rave, potimarron et bacon

Pour 6 personnes

Préparation : 20 mn - Cuisson : 35 mn



Ingrédients :

- 1 rouleau de pâte feuilletée
- 200 g de céleri rave
- 200 g de chair de potimarron
- 150 g d'allumettes de bacon
- 2 échalotes
- 1 jus de citron
- 35 g de cerneaux de noix
- 1 cuillère à soupe de graines de sésame doré
- 20 cl de crème liquide
- 60 g de gruyère râpé
- Sel et poivre

Recette :

- Eplucher le céleri rave puis le râper finement. L'arroser avec le jus de citron. Râper finement la chair du potimarron. Peler et émincer les échalotes. Préchauffer le four à 180°C.
- Dérouler la pâte feuilletée. En garnir un moule à tarte fariné. Piquer le fond à la fourchette.
- Dans un saladier, mettre le céleri-rave, le potimarron, les échalotes, les allumettes de bacon et le gruyère râpé. Saler peu et poivrer. Mélanger le tout et déposer la préparation sur le fond de tarte. Arroser avec la crème liquide.
- Cuire la tarte à four moyen pendant 30-35 minutes. Concasser les cerneaux de noix.
- A la sortie du four, parsemer sur le dessus de la tarte les graines de sésame doré et les cerneaux de noix hachés.
- Déguster la tarte chaude ou tiède.

Carottes, céleri rave, chou de Milan, chou de pontoise, navets, panais, poireaux, pommes