



Mardi 28 Février 2023

L'Idée Recette

Panier à 8,50€

Choux Brux. (300g)

Mâche (100g)

Patates douces (300g)

Poireaux (300g)

Radis d'hiver (300g)

Panier à 12€

Chou vert (½)

Mâche (150g)

Poireaux (600g)

Pommes (850g)

Radis botte (1 botte)

Panier à 17€

Chou vert (1 pièce)

Endives (520g)

Patates douces (800g)

Poireaux (800g)

Radis d'hiver (500g)

(*) Production du jardin

Actualités du jardin

Bonjour à tous,

Voici nos blettes multicolores qui poussent bien et ci-dessous notre nouvelle serre de Voves dans laquelle on installe l'irrigation pour qu'elle puisse accueillir nos légumes d'été.

Nous sommes très heureux de belle réussites d'insertion :

Cinq de nos salariés en insertion ont quitté Soli-Bio au cours des deux derniers mois avec un contrat de travail à la clé 😊

Bonne semaine !



Beignets de racines de poireaux

Pour 2 personnes

Préparation : 10 minutes / Cuisson : 5 minutes

Car tout se mange dans les poireaux !

Ingrédients :

- 12.5 cl de lait
- 100 g de farine de blé
- 10 racines de poireau
- 1 œuf
- 1 cuillère à soupe d'huile
- Huile de friture
- Sel et poivre

Préparation :

- Préparer la pâte à beignets en mélangeant la farine avec l'œuf puis en ajoutant l'huile, le sel, le poivre et le lait.
- Tremper les racines de poireaux bien fraîches, très soigneusement lavées puis égouttées dans la pâte et faire frire dans l'huile de friture chaude jusqu'à ce que les beignets soient dorés 5 min environ.
- Égoutter, poivrer et saler au goût.

Bon appétit !

Astuce écolo ou jardinage

En mars, ne touchez pas aux haies pour favoriser les auxiliaires dans votre jardin.

Le panier de la semaine prochaine

Carottes, courge, endives, fenouil, mesclun, pommes de terre, radis
(sous réserve de changement de dernière minute)