



FEUILLE DE CHOU

31 mars - 6 avril 2025



Votre Panier

Panier à 8,50€

Carottes (500g)
Céleri branche (350g)
Endives (430g)
Panais (350g)
Salade (1 pièce)

Panier à 12€

Ciboulette (1 botte)
Panais (500g)
Poireaux (610g)
Pommes (500g)
PdT (1kg)

Panier à 17€

Endives (880g)
Mâche (400g)
Oignons jaunes (500g)
Persil plat (1 botte)
Poireaux (500g)

Actualités

Bonjour à tous,

Etant donné les quelques jours de beau temps la semaine dernière, **les endives** sont montées ce qui leur donne un aspect particulier. Mais elles restent douces et savoureuses, nous les mettons donc dans les paniers de cette semaine.

Ci-dessous le fenouil qui grandit et les légumes cuisinés par les lycées de Franz Stock vendredi dernier lors d'un atelier cuisine 'Top Chef' pendant lequel ils sont eu de belles idées de plats !

Le samedi 26 avril, le jardin ouvre ses portes : vous pourrez venir acheter vos plants pour votre potager – tomates, courgettes, aubergines, concombres, etc.



La semaine prochaine :

L'Idée Recette

Galettes carottes - panais - cumin

Pour 4 personnes

Préparation : 15 mn - Cuisson : 20 mn



Ingrédients :

- 1 belle carotte
- 1 panais
- 2 œufs
- 1 cuillère à café de maïzena
- 1 cuillère à café de cumin
- Sel et poivre

Recette :

- Préchauffer le four à 200°C.
- Peler et râper la carotte et le panais.
- Battre les œufs en omelette et y délayer la maïzena, ajouter aux légumes râpés ainsi que le cumin, du sel et poivre, bien mélanger.
- Sur une plaque recouverte de papier cuisson, former des galettes (j'ai prélevé une belle cuillère à soupe de préparation que j'ai écrasé avec le dos de la cuillère en donnant une forme ronde).
- Enfourner 20 minutes en retournant les rôtis à mi-cuisson.

Blettes, céleri branche ciboule, laitue, mesclun, oignons, panais, patates douces, pommes, pommes de terre, aromates, velouté.