



Votre Panier

Panier à 8,50€

Courgettes (730g)
Feuille de chêne
(1 pièce)
Gazpacho (450mL)

Panier à 12€

Courgettes (1kg)
Feuille de chêne
(1 pièce)
PdT chair tendre
(500g)
Gazpacho (1L)

Panier à 17€

Courgettes (1,5kg)
Chou rave (1kg)
Navets violets (1kg)
Feuille de chêne
(1 pièce)
PdT chair tendre
(900g)

Actualités

Bonjour à tous,

Le jardin est en fleurs : tomates, concombres et courgettes ci-dessous. Les courgettes sont déjà dans vos paniers cette semaine ! Aujourd'hui ont été plantés les melons et les pastèques.

Ci-contre, un houmous aux fleurs réalisé lors d'un atelier cuisine à Janville sur les légumineuses.



Nous vous accueillons au jardin **le vendredi 29 mai à 18h** pour notre Assemblée Générale, l'occasion de présenter le bilan 2025, les projets en cours et de visiter le jardin.



L'Idée Recette

Salade de courgettes

Pour 4 personnes
Préparation : 15 mn – Repos : 1 h



Savourez cette salade de courgettes facile à préparer, idéale pour une entrée fraîche et légère. Associez-la à des œufs de caille pour une touche gourmande.

Ingrédients :

- 4 courgettes
- 1 citron
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 20 feuilles de menthe
- Sel et poivre

Recette :

- Lavez les courgettes sans les peler, ôtez leurs extrémités. Râpez-les à la mandoline, en fine julienne. Mettez-les dans une jatte, poudrez de sel fin, mélangez délicatement. Laissez dégorger 1 h au réfrigérateur.
- Pressez soigneusement les courgettes pour éliminer le maximum d'eau de végétation, puis mettez-les dans un saladier.
- Ajoutez la menthe ciselée, le jus du citron et l'huile d'olive, mélangez soigneusement. Donnez un tour de moulin à poivre (mais ne salez pas). Réservez au frais jusqu'au moment de servir.