



Votre Panier

Panier à 8,50€

Courgettes (400g)
Fenouil (250g)
Petits pois (500g)
PdT (500g)

Panier à 12€

Chou rave (1 pièce)
Concombre (1 pièce)
Courgettes (300g)
Fenouil (600g)
PdT (1kg)

Panier à 17€

Chou rave (2 pièces)
Concombre (1 pièce)
Courgettes (700g)
Fenouil (600g)
Haricots verts (600g)

(*) Production du jardin

Actualités

Bonjour à tous,

Nous sommes très heureux d'accueillir notre nouvelle encadrante cuisinière dans notre équipe. Virginie a une longue expérience de cuisinière et d'encadrement de personnes en difficulté, une expérience précieuse pour gérer notre cuisine de Lèves et nos salariés en insertion.



La semaine dernière, Virginie a animé avec nos salariés un atelier cuisine avec des habitants des quartiers prioritaires de Mainvilliers. Ils ont eu l'occasion de confectionner un beau fraisier.

Astuce écolo ou jardinage

Utilisez vos récupérateurs d'eau pour remplir vos arrosoirs.

L'Idée Recette

Gratin fenouil-courgettes

Pour 2 personnes

Préparation : 20 minutes - Cuisson : 20 minutes

Ingrédients :

- 1 courgette
- 1 fenouil
- ½ oignon
- 10 cl de crème fraîche
- 15 g de gruyère râpé
- Huile d'olive
- Muscade
- Sel et poivre

Préparation :

- Préchauffez votre four à 180-200°C (thermostat 6-7)
- Hachez l'oignon, émincez le fenouil et coupez la courgette en dés
- Faites revenir les légumes à feu vif dans une sauteuse avec de l'huile d'olive pendant 5-10 minutes
- Salez, poivrez et faites cuire à feu doux, couvert, pendant 5 minutes
- Mélangez dans un bol la crème fraîche (semi-épaisse) avec du sel, du poivre, un peu de muscade et le gruyère râpé
- Arrêtez la cuisson des légumes, ajoutez le mélange avec la crème et mélangez bien
- Placez le tout dans un plat à gratin, recouvrez de gruyère râpé et faites cuire au four pendant 15-20 min à 180-200°C

Bon appétit !

La semaine prochaine

Betteraves, blettes, chou-fleur, courgettes, concombre, fèves, oignons blancs (sous réserve de changement)