



Votre Panier

Panier à 8,50€

Chou pointu (1 pièce)
Laitue batavia (1 pièce)
Pommes de terre nouvelles (240g)
Tomates cerise (400g)

Panier à 12€

Blettes (500g)
Chou pointu (1 pièce)
Laitue batavia (1 pièce)
Pommes de terre nouvelles (160g)
Tomates cerise (700g)

Panier à 17€

Blettes (500g)
Chou pointu (1 pièce)
Laitue batavia (1 pièce)
Pommes de terre nouvelles (650g)
Tomates cerise (800g)

Actualités

Bonjour à tous,

Les premières tomates cerise sont dans vos paniers cette semaine !

Ci-joint une photo d'un buffet servi lors d'une conférence sur l'école inclusive mercredi dernier, que les convives ont bien apprécié.

Et ci-dessous, notre chef cuisinier, David, lors d'un atelier cuisine au CADA de Châteaudun. Les participants ont cuisiné du pain et des plats inspirés de leurs pays d'origine, avec les légumes du jardin.

Bonne
Semaine
à tous



L'Idée Recette

Salade croquante de chou pointu

Pour 4 personnes

Préparation : 15 mn – Cuisson : Aucune



Ingrédients :

- 1 petit chou pointu
- 2 carottes
- 1 pomme acidulée
- Une poignée de noix
- 1 c. à café de moutarde
- 2 c. à soupe de vinaigre de cidre
- 3 c. à soupe d'huile de colza
- Sel, poivre
- Fromage frais de chèvre ou brebis (optionnel)

Recette :

- Émincez finement le chou cru à l'aide d'un couteau bien aiguisé ou d'une mandoline.
- Râpez les carottes et coupez la pomme en fines lamelles.
- Faites torréfier les noix à sec quelques minutes dans une poêle, puis concassez-les grossièrement.
- Dans un grand saladier, mélangez le chou, les carottes, la pomme et les noix.
- Préparez la vinaigrette : fouettez la moutarde, le vinaigre et l'huile, salez, poivrez.
- Versez sur la salade, mélangez et servez frais.

👉 **Astuce gourmande** : Ajoutez des morceaux de fromage frais pour une touche crémeuse.