



Votre Panier

Panier à 8,50€

Aubergines (200g)

Concombre (1 pièce)

Courgettes (500g)

Haricots verts (400g)

Panier à 12€

Aubergines (340g)

Concombre (1 pièce)

Haricots verts (500g)

Melon (1 pièce)

Panier à 17€

Concombre (1 pièce)

Courgettes (500g)

Haricots verts (1kg)

Tomates cerise
(500g)

Actualités

Bonjour à tous,

La semaine dernière, nous avons planté de nouvelles fraises en plein champ :



Elles sont paillées avec du miscanthus de Novabioim que nous remercions sincèrement pour leur précieux soutien.

Le miscanthus constitue un excellent paillage : il est léger, ce qui facilite la manutention et l'épandage. Il réduit l'évaporation et absorbe l'humidité, réduisant ainsi l'arrosage. Il limite l'apparition d'adventices et fournit un abri aux insectes auxiliaires. Enfin, il amende le sol en se dégradant et le protège des rigueurs climatiques, permettant d'éviter son durcissement en cas de fortes températures.



L'Idée Recette

Salade de haricots verts

Pour 4 personnes

Préparation : 15 mn – Cuisson : 5 mn



Ingrédients :

- 500 g de haricots verts frais
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique
- 1 gousse d'ail finement hachée
- Sel et poivre
- Quelques feuilles de basilic frais

Recette :

- Lavez et équeutez les haricots verts. Faites-les cuire dans de l'eau bouillante salée pendant ~ 5 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient tendres mais encore croquants. Égouttez-les et passez-les sous l'eau froide pour arrêter la cuisson.
- Dans un saladier, mélangez l'huile d'olive, le vinaigre balsamique, l'ail, le sel et le poivre pour préparer la vinaigrette.
- Ajoutez les haricots verts refroidis à la vinaigrette et mélangez délicatement pour les enrober uniformément.
- Laissez la salade reposer au réfrigérateur pendant au moins 30 minutes pour permettre aux saveurs de se mélanger.
- Avant de servir, ajoutez quelques feuilles de basilic frais ciselées pour apporter une touche de fraîcheur.