



Votre Panier

Panier à 8,50€

Aubergines (400g)
Fenouil (400g)
Poivrons (400g)
Tomates rondes (600g)

Panier à 12€

Chou tatsoï (1 pièce)
Fenouil (400g)
Mesclun (230g)
Poivrons (400g)
Tomates rondes (500g)

Panier à 17€

Aubergines (600g)
Blettes (600g)
Laitue chicorée (1 pièce)
Oignons blancs (1 botte)
Tomates anciennes (1kg)
Tomates cerise (250g)

Actualités

Bonjour à tous,

Ci-joint une photo de la belle tarte feuilletée confectionnée lors de l'atelier avec les habitants des quartiers prioritaires de Mainvilliers.

Ci-dessous les choux et les blettes en plein champ.

Nous accueillons aujourd'hui un brasseur qui achète nos piments pour faire ses bières !



La semaine prochaine :

L'Idée Recette

Choukchouka aux poivrons et aux tomates

Pour 4 personnes

Préparation : 10 mn - Cuisson : 10 mn



Ingrédients :

- 4 poivrons
- 3 tomates
- 1 oignon
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de coriandre fraîche ciselée
- ½ cuillère à café de coriandre en poudre
- ½ cuillère à café de cumin
- ½ cuillère à café de raz el hanout
- ½ cuillère à café de paprika
- Sel et poivre

Recette :

- Déposez les poivrons sur une plaque allant au four et faites-les cuire 15 min à 180 °C. La peau doit cloquer et brunir. Sortez-les du four, laissez-les refroidir puis retirez les graines et coupez la chair en lamelles.
- Pelez et émincez l'oignon. Lavez les tomates et coupez-les en cubes.
- Dans une sauteuse, faites chauffer l'huile d'olive. Faites-y revenir l'oignon et les épices pendant 3 min. Ajoutez les tomates, les poivrons et laissez cuire 10 min à couvert, sur feu doux.
- Ôtez du feu, ajoutez la coriandre et laissez refroidir. Servez bien frais, avec du pain marocain à la semoule.

Aubergines, blettes, betteraves, carottes, céleri branche, oignons botte, mesclun, poivrons, tomates.