LE JARDIN DE COCAGNE DE LIMON

Chers tous,

Nous avons le plaisir de vous adresser notre feuille de chou de la semaine du 12 ou 17 Mai.

Nous avons 2 excellentes nouvelles à partager avec vous. Nous sommes ravis de vous proposer dans votre panier cette semaine une barquette de fraises du jardin ! Nous sommes aussi ravis de vous informer que la boutique du jardin sera dorénavant ouverte le samedi de 9h à 12h à compter de ce samedi ! Vous y trouverez nos fraises en plus de nouveaux produits frais (ex: fromage, yaourt, Tofu et poulet)

Bonne lecture !

LA COMPOSITION DE VOS PANIERS
Semaine 20 : 12 au17 MAI

Petit Panier BIO

- Pomme de terre Azilis (500g)*
- Epinard (750g)
- 1 salade batavia
- Petit pois (400g)
- Fraise (250g)

Grand Panier BIO

- Pomme de terre Azilis (1 kg)*
- Epinard (750 g)
- 1 chou rave
- 2 salades batavia
- Courgette (1 Kg)
- 1 botte de persil
- Fraise (250g)

Nous vous proposons un beau panier de printemps avec de la verdure fraîchement récoltée dans les serres et les champs. La photo ci-dessous met à l'honneur la serre de fraises du jardin.

LA RECETTE DE LA SEMAINE

SALADE D'EPINARDS, AVOCAT ET FETA

Ingrédients pour 4 personnes :

600 g d'épinard, 120 g de feta, 100 g de noix, 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique, 1 cuillère à soupe de miel, 1 cuillère à soupe de moutarde de Dijon, 60 ml d'huile d'olive, poivre noir moulu.

Mode préparatoire :

1. Lavez les feuilles d'épinard puis les essorer. Disposez -les dans un saladier puis couper la feta en dés et les noix concassées grossièrement dans un grand bol.
2. Dans un petit bol, mélangez le vinaigre, le miel, la moutarde et le poivre au fouet jusqu'à homogénéité.
3. Peu à peu, ajoutez l'huile d'olive en fouettant jusqu'à consistance homogène. Versez la vinaigrette sur la salade et mélangez avec 2 cuillères. Servez immédiatement.

SALADE POMME DE TERRE, OEUFS ET CORNICHONS

Ingrédients pour 3 personnes :

1 escalope de poulet (environ 150 g), 1 oignon, 500 g de pommes de terre, 1 carotte (environ 100 g), 3 oeufs, 200 g de cornichons, 80 g de petits pois cuits, 2 cuillères à soupe de mayonnaise, olives vertes et noires, sel, poivre.

Mode préparatoire :

1. Versez 2 verres d'eau dans une poêle. Ajoutez l'escalope de poulet, l'oignon pelé et émincé, salez.
2. Faites cuire pendant 45 mn. Laissez refroidir, puis coupez le poulet en petits morceaux.
3. Mettez les pommes de terre lavées et la carotte épluchée dans une casserole d'eau bouillante. Faites cuire durant 20 mn. Enlevez la peau des pommes de terre. Coupez les légumes en dés. Laissez refroidir.
4. Faites cuire les œufs pendant 10 mn dans de l'eau bouillante. Écalez et coupez en morceaux. Réservez.
5. Taillez les cornichons en petits morceaux. Égouttez les petits pois.

6. Déposez dans un saladier tous les ingrédients et ajoutez la mayonnaise, salez et poivrez.
7. Remuez délicatement.
8. Conservez la salade 2 à 3 heures au réfrigérateur avant de la dresser sur un plat de service avec quelques olives vertes et noires.

LA BOUTIQUE OUVRE SES PORTES LE SAMEDI !

La boutique du jardin ouvrira ses portes les samedis matins de 9h à 12h à partir de ce samedi 17 mai en plus des jeudis et vendredis.

C'est une étape importante dans la vie du jardin. Nous en profitons pour diversifier l'offre de produits bio et locaux proposée à la boutique grâce à l'installation d'un meuble frigo flambant neuf. Vous y trouverez :

- Des poulets de la ferme de Charles Monville située à quelques encablures du jardin.
- Des yaourts* de laiterie artisanale Fromaville de Saint Ouen
- Du fromage* (ex: Camemberg, Coulommiers, Crottin de chèvre) de la ferme de Tremblaye dans les Yvelines
- Du Tofu* de la ferme d'Eloise Quinton dans les Yvelines

Nous avons aussi souhaité ouvrir le samedi pour vous permettre de profiter pleinement de nos fraises que nous récoltons les lundis, mercredis et vendredis matins.

'* ces produits seront installés en boutique à compter de ce vendredi en raison des contraintes de livraison de notre fournisseur

Jardin de Cocagne de Limon
4 rue des Arpentis, 91430 Vauhallan
https://jardindelimon.cocagnebio.fr/

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}
Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre newsletter.

Se désinscrire

Envoyé avec Brevo