



LE JARDIN DE COCAGNE DE LIMON

Chers tous,

Nous avons le plaisir de vous adresser notre feuille de chou de la semaine du 3 au 7 Aout.

Nous en profitons pour vous informer que la boutique sera fermée les samedis 8 et 15 Aout.

Bonne lecture !

LA COMPOSITION DE VOS PANIERS DE LA SEMAINE (S32)



Petit Panier BIO

- Tomate (400 g)
- Courgette (>1.5 kg)
- Aubergine (350 g)
- 2 concombres
- 2 salades
- 1 bouquet de basilic
- **1 bouquet de persil offert**



Grand Panier BIO

- Tomate (400 g)
- Courgette (>1.5 kg)
- Aubergine (400 g)
- 2 concombres
- 3 salades
- Haricot plat (500g)
- 1 bouquet de basilic
- **1 bouquet de persil offert**

Dans votre panier de cette semaine, nous proposons des tomates à tous dans des quantités limitées en raison de l'impact de la canicule. Les tomates aiment le soleil et la chaleur mais, au delà de 30°C, le changement opère et la plante adopte un « mode survie ». Leur croissance ralentit. Nous faisons au mieux pour réduire les températures des serres en arrosant plusieurs fois par jour y compris le week - end.

Face à ce manque d'abondance des tomates, nous garnissons vos paniers en quantité généreuse de courgettes, concombres, salades ainsi que d'aromatiques . **Un bouquet de persil est offert dans tous les paniers cette semaine.** Bonne Dégustation !

LA RECETTE DE LA SEMAINE

SALADE DE TOMATES ET OLIVES NOIRS



Ingrédients pour 2 personnes :

1 concombre, 100g de fêta, 3 belles tomates, 1 poignées d'olives noires, aromates (menthe basilic et persil haché), poivre, huile d'olive et vinaigre balsamique.

Mode préparatoire :

1. Pelez ou pas le concombre. Coupez-le en deux dans le sens de la longueur, puis en 4, enlever les graines du milieu. Emincez en cubes de 1cm de large.
2. Nettoyez les tomates et coupez-les en morceaux de même taille.
3. Incisez les olives dans sens de la longueur retirez le noyau et émincez-les finement.

4. Mélangez dans un saladier, le concombre les olives et la tomates.
5. Ajoutez la féta coupée en cubes et assaisonnez avec les aromates émincez et le poivre. Parsemez d'un filet d'huile d'olive et de vinaigre balsamique et mélangez délicatement.
6. Servez frais.

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](#)

