



L'actualité mijotée des Jardins de Cocagne de Fleurance

Paniers des 29 juin & 02 juillet 2021

n°195

Bonnes vacances !



La semaine dernière, petites grillades au bord de notre lac avec l'ensemble de notre équipe.
Un moment de détente agréable pour ce top départ du solstice d'été et de cette nouvelle saison estivale !



La Feuille de Chou prend également des vacances et sera de retour sur notre blog dès la rentrée.
En attendant, vous pourrez retrouver la composition des paniers sur notre page facebook.



**BELLES VACANCES
A VOUS !**

Dans votre panier



Vous partez en vacances et ne pouvez pas récupérer votre panier ?
N'oubliez pas de nous prévenir au moins 48h avant ;)

		Panier standard	Grand panier
Pommes de terre nouvelles (mitraille)	Kilo	500 g	1 kg
Blettes	Kilo	500 g	500 g
Courgettes	Kilo	700 g	1 kg
Concombre	Pièce	1	1
Salade	Pièce	1	1
Haricots verts	Kilo	-	500 g
Basilic cannelle	Pot	1	1
Radis	Botte	1	-
Fenouil	Pièce	-	1
Aromatiques	Bquet	1	-
Qté d'articles		8	8

Et si vous mijotiez...

• Salade de pomme de terre nouvelle aux herbes

Pour 4 personnes :

- 400 g de pommes de terre
- 2 oignons rouges
- ½ botte de ciboulette
- ½ botte de persil
- 100 g de féta
- Huile d'olive
- Sel
- Poivre

1/ Lavez les pommes de terre puis faites-les revenir à feu moyen dans une poêle avec l'huile d'olive. Versez en une dose généreuse et couvrez. Remuez régulièrement et laissez cuire environ 25 minutes, vérifiez la cuisson avec la pointe d'un couteau.

2/ Pendant ce temps, épluchez et émincez les oignons. Versez-les dans un saladier avec la féta émiettée. Ciselez la ciboulette et le persil puis ajoutez-les dans le saladier. Une fois cuites, coupez les pommes de terre en deux et ajoutez-les dans le saladier. Laissez reposer 20 minutes au frais avant de servir.

Comme une mayo :

Vous pouvez mélanger vivement un fond de moutarde, avec des échalotes émincées avec de l'huile versée au fur et à mesure. La sauce va monter petit à petit, servez aussitôt. Cette vinaigrette sans vinaigre justement se marie très bien aux pommes de terre.



• Haricots verts sautés et œufs

Pour 4 personnes :

- 500 g de haricots verts
- 6 œufs
- 1 pincée de piment d'Espelette
- 1 gousse d'ail.
- 5 cl d'huile d'olive
- Sel
- Poivre

1/ Equeutez les haricots puis faites-les revenir environ 10 minutes à feu vif dans de l'huile d'olive. Gardez-les croquants. Réservez.

2/ Lavez les tomates puis entaillez la peau en croix avant de les ébouillanter 30 secondes. Refroidissez-les sous l'eau puis ôtez la peau. Dans une poêle avec un fond d'huile, ajoutez la gousse d'ail écrasée puis les tomates émondées. Faites revenir quelques minutes.

3/ Dans un saladier, cassez les œufs, puis mélangez-les avant de les verser sur la compotée de tomates. Faites revenir encore une dizaine de minutes, assaisonnez avec la pincée de piment d'Espelette. Servez chaud avec les haricots verts.

Variante : cette recette se déguste aussi sans tomates. Alors, c'est vrai que nous les attendons tous avec impatience (promis, elles feront leur arrivée prochainement...). Aussi, conservez cette recette (car il n'y aura plus de Feuille de Chou d'ici à la rentrée) pour y incorporer la prochaine fois 3 belles tomates de nos jardins (ou du vôtre !).

Bon appétit et... Bonnes vacances !



on reste en contact

Sur notre page Facebook :

Les Jardins de Cocagne de Fleurance

Sur notre site internet :

jardinsdecocagnedefleurance.com

Par téléphone : 06.81.48.76.32

Par e-mail : jardinsdecocagne@orange.fr

Sur notre exploitation : «Au bouquet»

Route de Sainte-Radegonde à Fleurance

Accueil du public : lun. au ven. de 8h à 13h