

*Nous sommes très heureux de vous proposer nos légumes d'automne !  
Tous les légumes sont cultivés par nos soins, en agricultures Biologique..Aux  
Basses et à Buissonville.*

*Nous vous proposons quelques fruits et légumes d'autres producteurs BIO  
Belge pour compléter notre offre.*

*Régalez-vous !*

<b><u>Notre production :</u></b>	<b><u>Précisions :</u></b>	<b><u>Prix :</u></b>
<b>PDT ferme</b>	<b>Ferme Vitabella ou ditta</b>	<b>1,5€/kg</b>
<b>Pdt intermédiaire Agria</b>	<b>Pst à toutes fins frites purée</b>	<b>1,5€/kg</b>
<b>Salade</b>	<b>Selon les dispos</b>	<b>1,5€/pc</b>
<b>Scarole</b>		<b>2€/pc</b>
<b>Frisée</b>		<b>2€</b>
<b>Radichio</b>	<b>Chicorée rouge et blanche. Pomme bien ferme</b>	<b>2€/pc</b>
<b>Mache (douce)</b>	<b>ON EN A PLEIN !!!!!</b>	<b>1,4€/100gr</b>
<b>Pourpier d'hiver</b>		<b>1,6€/botte</b>
<b>Cresson</b>		<b>1,6€/botte</b>
<b>Radis rouge</b>	<b>LES DERNIERS DE L'ANNÉE</b>	<b>1,6€/botte</b>
<b>Radis Chandelle de glace</b>	<b>Long radis blanc faisant pensé à des glaçons</b>	<b>1,6€/botte</b>
<b>Mix de moutarde asiatique</b>	<b>Mélange de moutarde relevé</b>	<b>1,6€/botte</b>
<b>Mizuna</b>	<b>Verdure asiatique. Ce mange en salade mais aussi légèrement cuit</b>	<b>1,6€/botte</b>
<b>Jeunes Navets</b>	<b>Très beaux !!!</b>	<b>2,2€/botte</b>
<b>Bette</b>		<b>2,2€/botte</b>

<b>Epinard plein champs</b>		<b>6€/kg</b>
<b>Pourpier</b>		<b>1,6€/botte</b>
<b>Cresson</b>		<b>1,6€/botte</b>
<b>Roquette</b>		<b>1,6€/botte</b>
<b>Fenouil</b>		<b>4€/kg</b>
<b>Echalions</b>	<b>Vrac</b>	<b>5€/kg</b>
<b>Ail</b>		<b>12€/kg</b>
<b><u>Chou Pack Choï</u></b>		<b>1,8€/pc</b>
<b><u>chou blanc</u></b>		<b>2€/pc</b>
<b><u>Chou de Milan (vert)</u></b>	<b>Chou de savoie</b>	<b>2€/pc</b>
<b><u>Chou palmier de Toscane</u></b>		<b>2€/botte</b>
<b><u>Chou de Pontoise</u></b>		<b>2€/pc</b>
<b><u>Chou Kale (chou fermier)</u></b>	<b>Vert ou violet</b>	<b>2€/botte</b>
<b><u>Betteraves Rouge</u></b>		<b>2,5€/kg</b>
<b><u>Betterave Chiogga</u></b>	<b>Betterave rose lignée blanc et rose</b>	<b>2,5€:kg</b>
<b><u>Celeri rave</u></b>	<b>Avec les fanes</b>	<b>3€/KG</b>
<b><u>Radis noir</u></b>		<b>3€/kg</b>
<b><u>Poireaux d'hiver</u></b>		<b>4€/kg</b>
<b>Potimarron orange</b>		<b>2,5€/kg</b>
<b>Potimarron PAR FILET DE 10KG</b>		<b>20€</b>

<b>Courge spaghetti</b>		<b>2€/kg</b>
<b>Par filet de 10kg</b>		<b>15€</b>
<b>Patisson Blanc</b>		<b>2,5€/kg</b>
<b>Blue Ballet</b>	<b>Potimarron bleu</b> 	<b>2,5€/kg</b>
<b>Butternut</b>		<b>2,5€/kg</b>
<b>Butternut par filet de 10kg</b>		<b>20€</b>
<b>Vert Olive</b>		<b>1€/kg</b>
<b>Musquée de Provence</b> <b>Magnifique courges !!</b>	<b>Se vend à la pièce (entre 4 et 10kg)</b> 	<b>1€/kg</b>
<b>Green Hokkaïdo</b>		<b>2,5€/kg</b>
<b>Céleri Feuille</b>		<b>1,6€/botte</b>
<b>Persil Frisé</b>		<b>1,6e/botte</b>
<b>Sauge</b>		<b>1,6€/botte</b>

Thym citronnée		1,6€/botte
Thym		1,6€/botte
Sarriette		1,6€/botte
Hysope		1,6€/botte
Pimprenelle		1,6€/botte
POMME JONATHAN De notre verger hautes tiges	Bonne à croquer bien ferme	3,4€/kg
Pomme Boscoop Du verger hautes Tiges	Bonne à croquer et bonne à cuire	3,4€/kg
Belle fleur Large mouche de notre verger	bonne en compote	3,4€/kg
<b><u>D'AUTRES</u></b> <b><u>PRODUCTEURS</u></b> <b><u>BIO :</u></b>		
POMME LEBOULE Très sucrée A croquer	Provenance : Verger Hautes tiges du pays de Herve. Pas labelliser mais « plus que bio »	3,4€/kg
Pomme Delbard	Bonne à croquer Provenance : Verger Hautes tiges du pays de Herve. Pas labelliser mais « plus que bio »	3,4€/kg
POMME JACK LEBEL A croquer	Provenance : Verger Hautes tiges du pays de Herve. Pas labelliser mais « plus que bio »	3,4€/kg
Poire Conférence	BIO BELGE	3€/kg
Poire Doyennés	BIO BELGE	3,4€/kg
CITRON	BIO ITALE	4€/KG

CLÉMENTINE	BIO ITALIE	3,8€/KG
OIGNON JAUNE	BIO BELGE	2€/KG
OIGNON ROUGE	BIO BELGE	2,5€/kg
CAROTTE VRAC	BIO BELGE	2€/kg

# Courge butternut rôtie aux épices

Préparation : 5 min | Cuisson : 20 min | Four

Une recette d'hiver simple et rapide, pour un délice fondant et parfumé, à servir en accompagnement.

## Ingrédients pour 2 personnes :

1 petite courge doubeurre (butternut)  
2 noisettes de beurre  
2 c.café de cassonade (sucre brun de canne)  
1 c.café de quatre épices  
½ c.café de piment doux (paprika ou Cayenne)  
1 gousse d'ail écrasée  
poivre noir au moulin  
fleur de sel

Préchauffer le four à 200°C. Couper la courge en deux dans la longueur.  
Épépiner.

Mélanger toutes les herbes et épices avec la cassonade et piler dans un mortier (ou au mixeur), jusqu'à obtenir une poudre assez fine. Saupoudrer la courge de cassonade pimentée et frotter pour faire pénétrer dans la chair. Donner un tour de moulin à poivre. Déposer une noisette de beurre au milieu de chaque courge.

Enfourner et laisser rôtir une vingtaine de minutes, jusqu'à ce que la chair soit tendre : la courge est cuite lorsque vous y piquez une fourchette sans rencontrer de résistance. Servir chaud, semé de fleur de sel.