

Nous sommes très heureux de vous proposer nos légumes de printemps !!

Pas de Carotte de chez nous cette semaine Transition entre les serres et le plein champs.

Normalement la semaine prochaine les première de pleins champs. Nous vous proposons donc des Italiennes cette semaine pour combler le trou..

<u>Notre production :</u>	<u>Précisions :</u>	<u>Prix :</u>
Salade	Feuille de chêne rouge et vert ! Pommée Batavia verte ou rouge Nicoise blonde	1,5€/pc
PROMO SALADEs	2+1 gratuite	3 salades/3€
Persil	Plat ou frisé	1,6€/botte
Jeune oignons jaune frais		1,6€/botte
Jeunes oignons blanc (tiges)		1,6€/botte
Echalotte fraiches		2€/botte
Ail frais		12€/kg
Céleri feuille		1,6€/botte
Pourpier doré		1,6€/250gr
FÈVES DES MARAIS		3€/kg
Oseille		1,6€/botte
Chou rave déformé	Pas beau mais très bon	0,8€/pc
Courgette primeur	C'est partit !!	2,5€/kg
Courgette ronde primeur	Jaune ou verte	2,5€/kg
FENOUIL	Petit calibre super tendre	4€/kg
<u>CERISES</u>	De Notre verger	12€/kg

Et pour compléter notre production, nous vous proposons des fruits et des légumes BIOLOGIQUES.

ABRICOTS calibre 8	Origine : France	5€/kg
ABRICOTS confiture	Origine : France	4,5€/kg
CAROTTE VRAC	Origine : Italie	2€/kg
POIREAUX de printemps	Origine : Wallonie	4€/kg
PDT AGRIA (tendre)	Origine : Wallonie	1,20€/kg

Purée de Fèves

Ingrédients :

- 200gr de fèves pelées (environ 1,5kg du jardin)
- huile d'olive
- 5cl de vin blanc
- poivre et sel

Ecossez les fèves, portez de l'eau à ébullition et blanchissez-y les fèves durant 30 secondes. Refroidissez-les à l'eau froide et débarrassez-les de leur peau. Mettre le tout dans une casserole. Ajoutez un filet d'huile d'olive, une bonne rasade de vin blanc et mixer bien. Salez et poivrez. Faites chauffée doucement.

Fèves en ragoût froid et copeaux d'églefin

Ingrédients :

- 200gr de fèves pelées (environ 1,5KG DU JARDIN)
- 3dl de lait
- 80gr d'amandes
- 100gr de poisson type églefin
- 50gr de yahourt
- poivre de cayenne
- sel marin et poivre
- gingembre frais
- huile d'olive
- ciboulette fraîche

Ecossez les fèves, portez de l'eau à ébullition et blanchissez-y les fèves durant 30 secondes. Refroidissez-les à l'eau froide et débarrassez-les de leur peau. Mettre le lait à chauffer à feu doux et mettez-y les amandes à tremper pendant 20mn. Retirez les amandes et mélangez-les aux fèves.

Pochez le poisson dans la moitié du lait pendant 8mn, sortez le et mettez le dans un bol. Y ajoutez sel, poivre de cayenne, gingembre, yahourt en réduisez le tout en purée de préférence au mixer.

Mettre au congélateur. Tournez régulièrement. Une alternative consiste à passer la purée dans une turbine à glace.

Faites revenir ensemble les amandes et les fèves dans un peu d'huile d'olive et assaisonnez de poivre noir.

Laissez refroidir et répartir en 4 raviers.

Servir tiède ou froid. Garnissez d'une cuillère de glace d'églefin en copeaux et de ciboulette....