

Nous sommes heureux de vous proposer  
nos petits légumes d'hiver...

*La gamme rétrécit avec le froid...*

C'est pour cela que nous vous proposons de compléter avec  
d'autres producteurs Bio.

Pour plus de diversité nous vous proposerons également durant  
l'hiver des fruits biologiques.

Profitez en !

<u>Notre production :</u>	<u>Précisions :</u>	<u>Prix :</u>
<b>mâche</b>		<b>1,20€/100gr</b>
<b>Cerfeuille</b>		<b>1,6€/bottle</b>
<b>Pourpier (claytone de Cuba)</b>		<b>1,6€/botte</b>
<b>Chou blanc</b>	<b>En salade, en soupe en gratin, en choucroute...</b>	<b>2€/pc</b>
<b>CHOU DE BXL</b>	<b>Allez Y ! il y en a plein !!</b>	<b>4€/kg</b>
<b>CHOU KALE</b>	<b>VERT</b>	<b>2€/BOTTE</b>
<b>RADIS NOIR</b>		<b>4€/kg</b>
<b>Topinambour</b>		<b>3,2€/kg</b>
<b>Betterave rouge</b>		<b>2€/kg</b>

## **D'autres Producteurs**

<b>CHICON</b>	Chicon Bio belge	6€/kg
<b>PDT AGria</b>	Intermédiaire De chez Francis Dumortier Agr.Byodimaique Wallonie	1kg/ 1,50€ 15kg/18€
<b>PDT Juliette</b>	Ferme Bio Lorraine	1kg/ 1,50€ 15kg/18€
<b>PDT Désirée</b>	Intermédiaire Bio Lorraine	1kg/1,50€ 15kg/18€
<b>Carotte</b>	Bio Lorraine	1,60/kg
<b>CHOU ROUGE</b>	Bio Belge	2€/pc
<b>Oignon Jaune</b>	Bio Lorraine	1,80/kg
<b>Oignon Rouge</b>	Bio Lorraine	2,20/kg
<b>Échalotes</b>	Bio Lorraine	5€/kg
<b>Navet</b>	Bio Belge	3€/kg
<b>Ail sec</b>	Bio Espagne Il n'y a pas d'ail Bio en Belgique disponible... Il faudra attendre le mois de mars pour l'aillette de chez nous !	10€/kg
<b>Scorsonère</b>	Bio Belge	3,50€/kg
<b>POIREAUX</b>	Bio Belge	4€/kg
<b>Celeri rave</b>	Bio Belge	2,5€/pc
<b>Potimarron orange</b>	Bio Belge	2€/Kg
<b>Panais</b>	Bio Belges	3,40€/kg

### **Les fruits**

<b>Pomme Topaz</b>	Bio Neederlands	3,7€/kg
<b>Pomme Dalinette</b>	Bio france	3,7€/kg
<b>Poires conférences</b>	Bio Belge	3,5€/kg
<b>Orange classique</b>	Bio Italie	2,5€/kg
<b>Orange taraco</b>	Bio Italie	2,5€/kg
<b>Citron</b>	Bio Italie	3€/kg

## Choux de Bruxelles

### Ingrédients

- 1 kg de choux de Bruxelles
- 3 gousses d'ail pressées
- 1 grosse noix de beurre
- 1 filet de crème fraîche
- 1 c. à soupe de persil ciselé
- sel, poivre

Dans un autocuiseur, versez un volume d'eau salé (environ  $\frac{1}{4}$  de la hauteur) et portez à ébullition.

Pendant ce temps, lavez les choux de Bruxelles sous un filet d'eau froide puis éliminez les feuilles fanées.

Jetez les choux de Bruxelles dans l'eau bouillante, attendez la reprise de l'ébullition, et faites cuire sous pression pendant 7 à 8 min. Puis égouttez. Si vous ne possédez pas d'autocuiseur, vous pouvez tout à fait cuire vos choux de Bruxelles dans une grande casserole d'eau salée, cela prendra simplement un peu plus de temps.

Dans une sauteuse, faites fondre le beurre, ajoutez les choux de Bruxelles et faites dorer légèrement, ajoutez l'ail, le sel, le poivre et mélangez bien le tout.

Enfin, ajoutez la crème fraîche et faites réduire en laissant mijoter à feu doux quelques minutes.

Pour finir, saupoudrez vos choux de Bruxelles de persil. Salez et poivrez à votre convenance.

Servez les choux de Bruxelles chauds en accompagnements d'une viande ou d'un poisson.