



Votre panier de la semaine 35



1 concombre	1.50
0.6kg de courgette	1.50
0.5kg d'haricot vert	4.00
1 melon	2.50
0.9kg de pomme de terre	1.80
0.6kg de tomate	1.68

Bilifou

Total Bilifou

12.98 euros



1 botte de carotte	3.00
1 concombre	1.50
0.9kg de courgette	2.25
1kg de haricot vert	8.00
1 melon	2.50
0.6kg d'oignon rouge	1.80

Bélébélé

Total Bélébélé

19.05 euros

Le coin des recettes

Pâtes pesto, pommes de terre et haricots verts

Ingrédients pour 4 personnes

350g de pâtes
2 pommes de terre
200g de haricots verts
300g de pesto
2 cuillères d'huile d'olive vierge extra
Pignons de pin
Sel

Préparation

Lavez les haricots verts et ôtez les extrémités. Faites-les cuire dans de l'eau bouillante salée, égouttez-les alors qu'ils sont encore fermes et coupez-les en deux ou en trois.

Epluchez les pommes de terre, coupez-les en petits dés et faites-les cuire de la même façon. Lorsque l'eau recommence à bouillir, ajoutez les pâtes, de sorte à ce qu'elles soient cuites en même temps que les pommes de terre.

Dans un saladier, mélangez les haricots verts, le pesto et l'huile d'olive. Ajoutez quelques cuillères d'eau de cuisson des pâtes pour que la sauce soit bien onctueuse et remuez délicatement. Egouttez les pâtes et les pommes de terre, puis versez-les dans le saladier avec le pesto et les haricots verts.

Mélangez tous les ingrédients délicatement, afin de ne pas écraser les légumes ; servez dans quatre assiettes et décorez avec des feuilles de basilic et quelques pignons de pin.

Servez les **pâtes au pesto, pommes de terre et haricots verts** immédiatement.

Beignets d'aubergines

Ingrédients pour 4 personnes

125 g de farine
1 œuf
10 cl de lait
2 cuillères à soupe de beurre
1 cuillère à café de levure chimique
1 aubergine
Persil ou coriandre fraîche
Une pincée de sel et poivre
Huile pour friture

Préparation

Lavez et coupez l'aubergine en rondelles assez épaisses.

À feux moyens, faites cuire les rondelles d'aubergines dans une poêle avec un peu de beurre ou un filet d'huile d'olive et les faire dorer légèrement de chaque côté.

Dans un saladier, cassez l'œuf, saupoudrez le persil ciselé par dessus puis assaisonnez de sel et de poivre. Incorporez quelques gouttes de colorant alimentaire et mélangez bien.

Tout en remuant, ajoutez la farine et versez le lait jusqu'à obtenir une pâte légèrement liquide.

Une fois cuites, trempez les aubergines grillées dans la pâte à beignets puis déposez-les dans une friteuse ou poêle, une fois que l'huile de friture est bouillante. Faites frire de chaque côté. Déposez les aubergines frites sur un papier absorbant afin de les faire dégorger.

Infos paniers

- Tous les légumes proviennent du Jardin
- Pour les nouveaux adhérents : pensez à prendre un sac pour récupérer vos légumes!



Retrouvez-nous sur notre page
Facebook « Arozoaar Cocagne »



FR-BIO-01
Agriculture France

Nous avons besoin d'un coup de main au jardin, car l'équipe est réduite en ce moment et la production ne prend pas de vacances... alors si vous avez un peu de temps et l'envie, n'hésitez pas à vous inscrire, seul ou en famille!

- tâches récurrentes : le lundi, mercredi et vendredi matin (9h-12h) pour ramasser les haricots verts
- chantier le mercredi 28 (9h) : désherbage des carottes! Plus nous serons et plus ça ira vite !

[Le doodle est ici](#), sinon appelez-nous pour confirmer votre venue au 06 35 37 14 79.

Merci d'avance de votre aide!

Agenda TV

TOUT COMPTE FAIT
JEUDI 29 AOÛT À 21H05
FRANCE 2

ET MAINTENANT QU'EST-CE QU'ON MANGE ?

Une enquête d'Emmanuelle Mesplède, Jessica Bertaux, Emilie Lambin et Elise Joseph

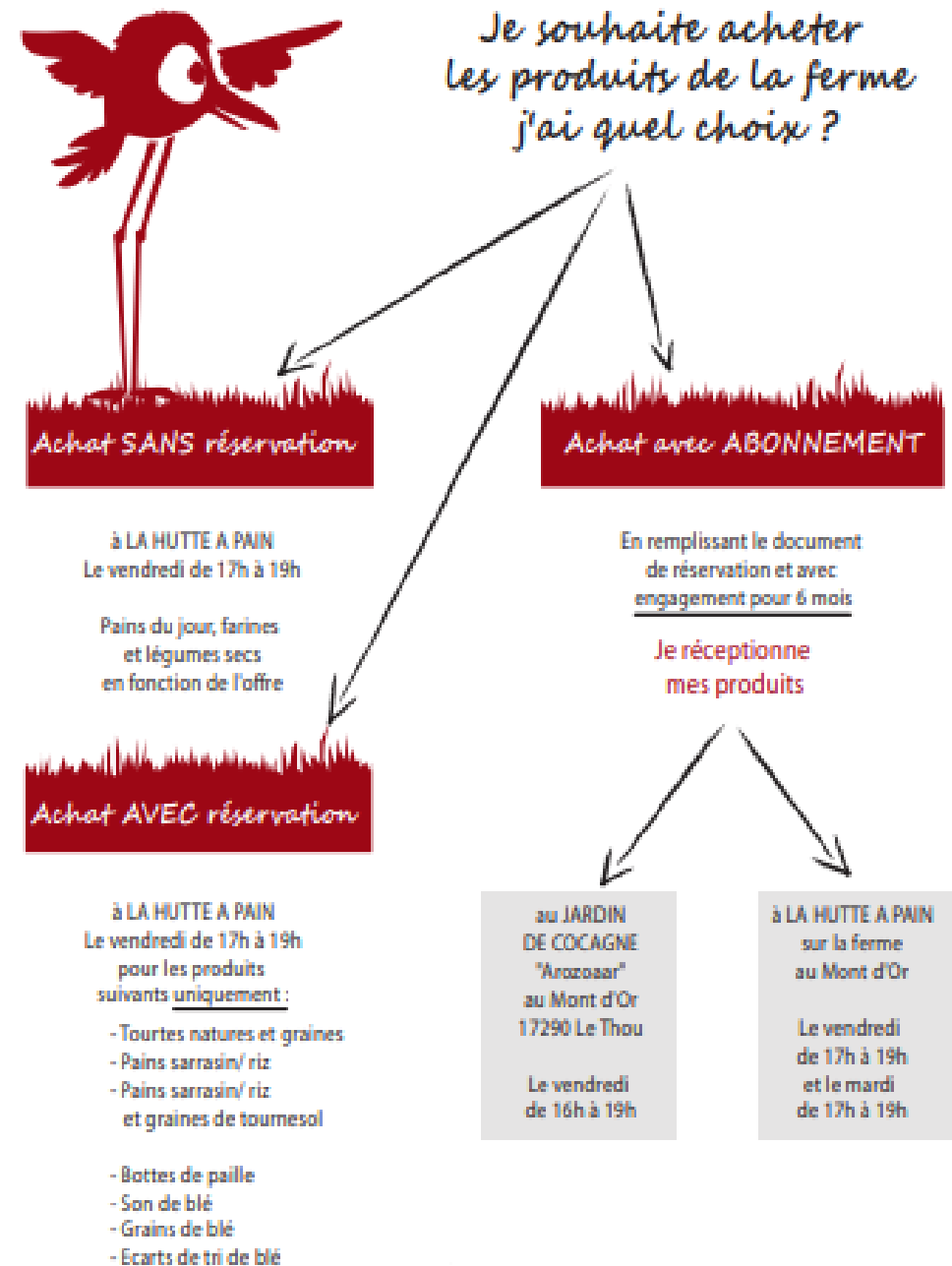
Comment faire pour sortir de l'alimentation industrielle qui domine encore nos assiettes ?

Cette question, nous nous la posons tous car nous savons que la nourriture transformée est dangereuse pour notre santé, que l'agriculture intensive dégrade la planète et que les élevages à grande échelle maltraitent les animaux.

Alors comment manger plus sain, de manière responsable sans pour autant dépenser plus?

C'est la grande enquête que propose Tout Compte Fait pour cette émission exceptionnelle.

Envie de pains, légumineuses, bières?



Afin de simplifier vos prises de commandes, **La Ferme du Mont d'Or** utilise depuis peu un outil en ligne. Vous allez donc pouvoir transmettre vos commandes en toute simplicité. Pour cela, il vous suffit de cliquer sur le lien qui correspond à votre point de livraison.

<http://app.cagette.net/group/5102>

Vous retrouverez ainsi leurs produits issus de l'Agriculture biologique :

- Légumes secs : lentilles, pois chiches, pois cassés
- Farines sur meules de pierre : blés anciens, engrain, seigle, épeautre, sarrasin
- Bières : blanche aux blés anciens, ambrée au petit épeautre, bière aux pains, blonde aux pommes

La mise en place du paiement en ligne via carte bancaire sera effective à la rentrée de septembre au plus tard.

En attendant, les réservations sont possible pour chaque semaine et les règlements seront possible via un chèque à remettre dans une boîte directement au jardin de cocagne, lors de la récupération de vos produits

Recrute

2 ouvriers/ouvrières en maraîchage biologique au Thou

Contrat 28h CDDI,
pas d'expérience requise
et sous condition d'éligibilité à l'insertion*

En rejoignant Arozoaar, chantier d'insertion, vous pourrez être accompagnés dans votre projet professionnel, accéder à des formations, stages etc...quelque soit le domaine d'activité qui vous intéresse.

*rapprochez-vous de votre conseiller Pôle emploi pour connaître votre éligibilité

www.arozoaar-cocagne.org

Association loi 1901 - Chantier d'insertion en maraîchage biologique
Pour en savoir plus, contactez nous au 06 35 37 14 79.
Ou par mail : contact.arozoaar@gmail.com