

LE PANIER DE NOUVELLES FRAÎCHES

Avril 2011 / Semaine n°17

Brèves des champs

De ferme en ferme ce week end !

Samedi 23 et dimanche 24 avril, c'est « Loire et Rhône de Ferme en Ferme ® », **une occasion privilégiée de rencontrer ceux qui font de la terre une passion**. Si vous ne l'avez pas pris cette semaine dans nos distributions vous trouverez le dépliant avec la liste des fermes sur le lien ci-dessous : <http://dl.free.fr/hfwfwi4IU> ou consultez le site : www.defermeenferme.com

Parmi les paysans de l'association participent notamment Olivier Deloire, qui vous fournit la viande de porc et la charcuterie, Martine Chipier productrice de fromage de vache et de chèvre et, David Chataignon, producteur de fromage de chèvre à la ferme du Moulin des Chartreux

Croc'o green fête son 1er anniversaire

Une idée pour ceux qui ne partent pas de Lyon : une parenthèse ensoleillée à Croc'o green

Ce sympathique petit restau fonctionne depuis 1 an ; **des produits de qualité** (légumes, fruits, jus de fruits, yaourts..... viennent de @deuxpasdeschamps, c'est pour vous dire ! ...) des prix vraiment très abordables, **une cuisine inventive franco Malgache** ...et un accueil vraiment chaleureux

et depuis quelques jours pour fêter l'anniversaire de Croc'ogreen, Vanessa vous propose sur commande des plats découverte à 15 euros ...en route pour Madagascar avec des achards de légumes, des samossas, du romazava, des currys de crevette, de porc, de poisson et des dessertshummmmm je ne vous dis que ça

Appelez là au 04 78 98 86 30 ou passez 13 rue Terraille juste derrière l'Opéra à Lyon 1er ; pour chaque plat commandé les 100 premières commandes du plat découverte ont un café offert !

Paniers de légumes et fruits: compositions provisoires

Petits variés : 700g de blettes, 700g de carottes nouvelles, 1kg de chou lisse, 500g de navets, 400g d'oignons, 1 persil, 1kg de pdt, 1 salade.

Grands variés : 800g de blettes, 800g de carottes nouvelles, 1,5kg de chou lisse, 600g de navets, 500g d'oignons, 1 persil, 1,5kg de pdt, 2 salades.

Tout p'tit panier : 400g de blettes, 500g de carottes nouvelles, 500g de chou lisse, 400g de navets, 1 persil, 500g de pdt, 1 salade.

P'tit fruité : Poires (600g), Kiwis AB (500g), 1 confiture AB de Florian Adenot.

Grand fruité : Poires (80florian 0g), Pommes golden ou gala (1kg), Kiwis AB (900g), 1 confiture AB de Florian Adenot.



Association Insertion et Terroirs - 64 avenue du 8 mai 1945 - 69 960 CORBAS
Tél / Fax : 04 72 50 71 63 - Mail : contact@adeuxpasdeschamps.com

Les chiffres de la semaine 16

Dernière distribution : **141 commandes**

Ah là là la chute ! (- 40 paniers cette semaine) mais malgré tout Merci beaucoup à ceux qui nous font de belles commandes de vacances ; ça limite les dégâts **RAPPEL : Comme d'habitude pas de changement pour votre commande à effectuer avant Dimanche minuit ; Lundi de Pâques ou pas !**

Merci de vos commandes !

Attention Lundi matin nous ne sommes joignables que par mail

Idées recettes

Navets farcis au jambon (recette envoyée par une cliente d'@ deux pas des champs)

Ingrédients (pour 4 pers) :

- 8 navets bien ronds,
- 1 tranche épaisse de jambon (ou 2 fines),
- 2 gousses d'ail,
- 1 c à soupe de persil haché,
- 1 c à soupe de concentré de tomates,
- 60g de margarine,
- 1 c à café de sucre,
- 2 verres de bouillon Kub or Maggi (1/2 bâtonnet dilué dans 25cl d'eau),
- sel, poivre.

Préparation : Peler les navets ; les creuser côté tige avec une petite cuiller à bords tranchants.

Passer au mixer la pulpe ainsi obtenue en même temps que le jambon, le persil et l'ail.

Mélanger avec le concentré de tomates, la moitié de la margarine, peu de sel (le bouillon étant déjà salé), mais bien poivrer.

Remplir les navets de cette farce.

Faire fondre le reste de margarine dans la cocotte ; saupoudrer de sucre et disposer les navets debout côte à côte.

Arroser avec le bouillon. Fermer, faire monter en pression la cocotte sur feu vif ; dès que la soupape chuchote, réduire le feu et laisser cuire 12 mns sur feu doux, selon la grosseur des navets.

« Recette appréciée par les plus fervents opposants aux navets !!! »