

EARL le Champ des Iles

1 rue du Champ des Iles
49730 Varennes sur Loire

Tél : 02.41.51.72.09

Portable: 06.89.38.75.43

E-mail : olivier.gregoire4@wanadoo.fr

Composez votre panier de fruits et légumes

avec la grille des produits/prix ci contre.

PASSEZ VOTRE COMMANDE

par Téléphone : 02.41.51.72.09 ou

par mail : olivier.gregoire4@wanadoo.fr

au plus tard le **MARDI SOIR**

Le panier sera à récupérer **JEUDI 03 SEPTEMBRE**
PLACE de la PALEINE à Champigny à 18h15

à la mairie de **Souzay à 18h30**

Le paiement s'effectue à la réception, en espèce
ou en chèque à l'ordre de : EARL du Champ des
Iles.

Fournir clayette, panier, ou cabas signalé à votre
nom et lieu de livraison pour une fois prochaine
(roulement de 2 paniers)

Sans engagement, ni abonnement.

Merci de votre confiance.

Bon appétit autour de ce panier qui révèle
des saveurs, des senteurs, des couleurs et de la
diversité.

Semaine 36: du 31 août au 06 septembre

Fruits & légumes frais de saison, pour savourer les saveurs des champs.

A la ferme, nous essayons de cultiver les meilleurs légumes qui
soient. Nous privilégions les variétés les plus qualitatives ainsi
que des méthodes de culture raisonnées afin de limiter les
produits de traitements.

En consommant des légumes produits près de chez vous, vous
favorisez une économie locale. Vous retrouvez le vrai goût des
produits de saison, cueillis à pleine maturité, quelques heures
à peine avant la vente.

Ce principe diminue la pollution due au transport sur de
longues distances, ou à la conservation pendant de longues
périodes.

Côté cuisine :

Crumble aux légumes d'été

(pour 4 personnes)

Ingrédients :

Pour la garniture :

- 2 courgettes
- 3 tomates
- 1 aubergine
- 300 g de viande hachée
- 2 gousses d'ail et un oignon

Pour le "sable" :

- 130 g de beurre
- 130 g de farine
- 1 pincée de sel
- 125 g de parmesan râpé

Préparation :

Sortez le beurre du réfrigérateur et laissez-le ramollir.

Faites revenir les légumes dans une sauteuse, avec l'oignon, l'ail, et
la viande hachée, comme pour une ratatouille : à l'huile d'olive,
bien sûr!

Laissez cuire pendant 25 à 30 min.

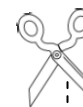
Pendant ce temps, mettez la farine dans un saladier et ajoutez le
beurre préalablement découpé en petits carrés.

Travaillez le tout pour obtenir du "sable" bien fin, ajoutez ensuite le
parmesan.

Préchauffez le four à 150°C (th 5).

Quand les légumes sont prêts, placez-les dans un plat à gratin assez
profond et déposez le "sable" au-dessus.

Faites cuire au four pendant 30 min. Placez une feuille de papier
alu au-dessus du plat, si le "sable" brunit trop.



Nom _____ Lieu de livraison _____

Email/tél _____

Montant de la commande _____ Chèque Espèce

Produits	Prix Unitaire	Quantité	Total
Asperges-la botte			
Aubergines	1,50 €		
Batavias	0,70 €		
Betteraves rouges-Kg	2,00 €		
Carottes	1,00 €		
Carottes bottes	1,50 €		
Céleris boules Pièce	1,80 €		
Champignons-500g	1,75 €		
Choux blancs			
Choux brocolis-Kg			
Choux Bruxelles-kg			
Choux fleurs			
Choux frisés			
Choux rouges			
Concombres pièce			
Courge Butternut			
Courgettes	1,00 €		
Courgettes rondes-Pièce			
Endives-Kg			
Feuilles de chêne R	0,70 €		
Feuilles de chêne V	0,70 €		
Fraises 500 g			
Framboises 125g	1,50 €		
Kiwis-Kg			
Laitues	0,70 €		
Mâches 250g			
Melons	1,50 €		
Navets			
Navets bottes			
Oignons blancs-botte			
Oignons échalotes 250g	1,00 €		
Oignons JAUNES-Kg	1,50 €		
Oignons ROUGES-Kg	2,00 €		
Panaïs Kg			
Persil-la botte	0,70 €		
Poireaux			
Poivrons verts-500g	1,20 €		
Pommes (fruit) Kg			
Pommes de terre	0,70 €		
P.de T. sac de 10 Kg	6,00 €		
Pommes de terre New			
Potimarrons	1,80 €		
Radis bottes			
Radis noirs	1,00 €		
Rutabagas Kg			
Tomates non calibrées	1,10 €		
Tomates Cerise 250g			
Tomates Cœur de Bœuf	3,00 €		
Topinambours			
		Total	0