

L'HEBDO

Semaine 24 du 9 au 13 juin 2025



Bleuet



Nos marchés sur site

Mercredi : de 9h à 12h30

Vendredi : de 9h à 12h

Samedi : de 9h à 12h



Cofinancé
par l'Union
européenne



Les Jardins d'IDÉES

5 bis rue Sous-Roches 25550 BAVANS

03 81 92 61 80 contact@jardins-idees.fr



Votre panier



Rappel — Qualité des légumes !

Chaque semaine, nous vous préparons près de 450 paniers (petits ou grands). Nous faisons le maximum pour que la qualité des légumes soit la meilleure possible. Néanmoins, il peut parfois arriver qu'il y ait des légumes qui vous arrivent abîmés.



Ainsi, nous vous invitons à vérifier la qualité de vos légumes dès réception de votre panier, avant stockage au frais. Certains légumes évoluent très vite et sont d'une qualité moindre après quelques jours. En cas de fruits ou légumes abîmés au moment du retrait du panier, merci de nous informer dans les meilleurs délais afin que nous puissions réagir en conséquence.

Merci pour votre compréhension!

LEGUMES	Petit		Moyen		Grand		Conseil de conservation
Courgette	850g	2.38€	800g	2.24€	1kg	2.80€	1 semaine au frigo
Salade	1 pièce	1.40€	1 pièce	1.40€	1 pièce	1.40€	Quelques jours au frigo
Betterave nouvelle	500g	1.80€	500g	1.80€	800g	2.88€	1 semaine/10 jours au frigo. Origine France
Concombre	1 pièce	1.70€					1 semaine max au frigo. Origine France
Persil plat			1 botte	2€			1 semaine max au frigo : humidifier un sopalin/chiffon et emballez le persil dedans. Origine France
Rhubarbe			700g	3.50€			1 semaine au frigo
Haricot			330g	2.64€	790g	6.32€	Quelques jours au frigo. Pour congeler : blanchir 2-3 mn dans de l'eau bouillante
Chou kale	300g	1.80€			600g	3.60€	1 semaine max au frigo
TOTAL		9.08€		13,58€		17,00€	

Lundi de Pentecôte

- Les paniers du mardi seront livrés le mardi après-midi
- Paniers du mercredi/jeudi/vendredi : pas de changement



Les semaines avec jours fériés se suivent... et se ressemblent ! Il faut tout condenser en 3 ou 4 jours et le temps file !

Cette semaine pas d'article sur le quotidien des jardins, nous vous proposons à la place des photos de fleurs et insecte des jardins !



Mauve (*malva sylvestris*)



Punaise arlequin



Coquelicots

Qualité légumes / fruits

Malgré tous les efforts que nous mettons en œuvre pour vous livrer des légumes et fruits de qualité, nous manquons des fois notre objectif. Il y a en général des raisons à cela (météo, problème récolte) mais pour autant nous avons comme engagement de vous fournir des légumes et fruits de qualité appropriée.



Nous avons eu beaucoup de retours sur les fraises de la semaine 22 notamment. Nous ferons une compensation collective dans les paniers de la semaine 25 (semaine prochaine) et nous répondrons individuellement aux personnes qui ont envoyé des mails



Nous ferons également une compensation collective la semaine prochaine (semaine 25) pour les cerises abimées



Il y a eu un problème de récolte sur les petits pois du jeudi de la semaine 23 (semaine dernière)
Les cosses étaient vides alors qu'elles semblaient pleines. La préparatrice a vu qu'il y avait un problème et a enlevé une grande partie mais par mégarde des sachets ont quand même été mis dans les paniers.
Si vous êtes concernés envoyez-nous un mail



Crème de betterave rouge

Pour 2 personnes

- 2 betteraves ou 1 grande
- 100g de fromage frais (type St Moret)
- Quelques brins de ciboulette ou persil
- Vinaigre balsamique, sel, poivre



Pelez les betteraves et coupez-les en cubes. Faites cuire pendant 30mn à l'eau.

Une fois les betteraves cuites, égouttez et versez dans un saladier. Ajoutez le fromage frais et les herbes et mixez le tout. Assaisonnez d'1 c à café de vinaigre balsamique, salez et poivrez.

Répartissez dans des verrines et servir frais avec du pain grillé.

Curry de chou kale

Pour le chou kale il faut bien enlever la tige centrale qui ne se mange pas.

Pour 3 personnes

- 300g chou kale
- 20cl de tomate concassées
- 2 pommes de terre
- 20cl de crème de coco
- 2 carottes
- sel, poivre, huile
- Mélange de curry

Retirez la tige du chou kale et lavez les feuilles. Emincez grossièrement. Pelez les pommes de terre et carottes et coupez les en dés.

Chauffez de l'huile dans une poêle et faites-y roussir le mélange d'épice de curry. Ajoutez un oignon découpé et laissez cuire quelques minutes.

Ajoutez les légumes, le concassé de tomate et 15cl d'eau. Laissez mijoter 10mn. Ajoutez la crème de coco, du sel et poivre. Laissez mijoter pendant 20mn à feu doux. Servir chaud avec du riz.



Bon appétit !