

L'HEBDO

Semaine 31 du 28 juillet au 01 août 2025



Vergerette rude



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



Aux Doub'soeurs / Pain

Les boulangères des Doub'sœurs seront en vacances du 20 juillet au 17 août.

Il n'y aura pas de pain livré dans les paniers les semaines 30 / 31 / 32 / 33

Elles seront de retour la semaine 34 pour nous livrer à nouveau leurs délicieux pains !



LEGUMES	Petit		Moyen		Grand		Conseil de conservation
Courgette	650g	1.56€	900g	2.16€	600g	1.44€	1 semaine au frigo
Betterave			500g	1.70€	700g	2.38€	Quelques jours au frigo
Aubergine	800g	3.04€	700g	2.66€	800g	3.04	1 semaine au frigo
Tomate	700g	2.66€	900g	3.06€	980g	3.33€	1 semaine / vous pouvez finir de les laisser mûrir hors du frigo
Tomate cerise			310g	2.48€	390g	3.12€	1 semaine au frigo
Patisson					900g	2.34€	1 semaine au frigo
Salade	1	1.40€	1	1.40€	1	1.40€	Quelques jours au frigo
TOTAL		9.02€		13.46€		17.05€	

Récolte des oignons

La semaine dernière, nous avons récolté les oignons jaunes dans la parcelle de plein champ.

Il y avait un peu d'enherbement dans le champs et cela nous a retardé pour la récolte.

Cette année, nous avons désherber les rangs d'oignons avec la bineuse de précision. Cela a permis de bien désherber le rang d'oignon et de détasser la terre autour des bulbes. Cela n'a pas empêché l'herbe de pousser autour, mais cela n'a pas été préjudiciable puisque les oignons récoltés sont d'un beau calibre ! C'est d'autant plus perceptible qu'il y a une petite partie du champ que nous n'avons pas pu désherber à la bineuse et les oignons sont très petits.



Une fois récoltés, les oignons sont taillés (on coupe les feuilles), puis on les entrepose dans la serre à semis pour qu'ils sèchent.

Niveau météo nous avons de la chance car il ne fait pas trop chaud, cela permet de bien faire sécher les oignons sans les faire suinter. Une fois secs, ils seront mis dans les chambres froides pour une longue conservation.



Ismael et Mangal qui coupe les feuilles de oignons dans la serre à semis

Salade colorée

- 1 betterave Chioggia
- 2 tomates—basilic—sel et poivre



Quelques feuilles de salade coupées

Concombre— 1 boule de mozzarella

Vinaigrette

Eplucher la betterave. Couper les tomates, la mozzarella, les concombres en rondelles fines. Préparer une vinaigrette. Mélanger les légumes en rondelles avec la sauce et déposer le tout joliment sur vos assiettes

Bruschettas courgette et aubergine



Ingrédients (2 pers) : 4 tranches de pain, 1 aubergine, 2 courgettes, de la sauce tomate, 2 cas d'huile d'olive, thym et emmental râpé.

Coupez les légumes en tranches assez fines et faites-les revenir à la sauteuse dans l'huile d'olive. Égouttez-les un peu, sur du papier absorbant, pour enlever l'excédent d'huile.

Recouvrez les tranches de pain de sauce tomate et disposez des rondelles de légumes. Parsemez de thym et d'emmental râpé, puis faites chauffer pendant 10 minutes à 180 °C.

Servez, accompagné d'une salade verte aux pignons de pin et avec une huile à la noisette.

Bon appétit !