



Contenu des paniers de cette semaine:

Bouffémont:

Petit panier: radis, mâche, blette, mesclun, oignon en botte, ciboulette

Saint-Brice:

Petit panier : radis, blette, mesclun, oignon en botte, ciboulette

Grand panier: salade, blette, mesclun, oignon en botte, patate rouge, ciboulette

Saint-Leu:

Petit panier : radis, blette, mesclun, oignon en botte, ciboulette

Grand panier : salade, mâche, blette, mesclun, oignon en botte, ciboulette

Ezanville:

Petit panier : salade, blette, mesclun, poireau, ciboulette

Grand panier : salade, blette, mesclun, oignon en botte, patate rouge, ciboulette

Retrouvez "les graines d'Hélène" tous les jeudis du mois d'avril lors de la distribution de vos paniers de légumes. Il est temps de semer autour de vous pour donner de belles couleurs à votre jardin ou balcon!

Gestion de la livraison du 09-05:

On s'y prend un peu en avance mais sur la semaine 19, il y a deux jours fériés. Nous serons forcés de faire les récoltes, les paniers et les livraisons le mercredi 9 mai. Les livraisons risquent par conséquent d'être un peu décalées en début d'après-midi

Le grand retour de la blette...

Certains sont ravis, d'autres beaucoup moins. Alors le challenge du jour est de faire aimer les blettes aux plus réticents ! Voici deux recettes originales qui pourraient vous faire changer d'avis!

Recette à tester !!

Samosas de blettes au chèvre

- 6 grandes feuilles de blette (supprimer les côtes)
 - 2 crottins de chèvre
 - 150g de chèvre frais
 - 10 feuilles de brick
 - Huile d'olive
1. Lavez les feuilles de blettes et coupez-les grossièrement.
 2. Mettez-les dans le bol d'un robot muni d'une lame en S. Coupez en gros morceau les crottins de chèvre et ajoutez-les. Ajoutez le fromage de chèvre frais.
 3. Fermez le bol du robot et mixez finement à pleine puissance, vous allez voir les feuilles de blette vont bien réduire. Vous allez obtenir une « pâte » verte.
 4. Pliez une feuille de brick en deux et mettez une bonne cuillère à soupe de mélange blette/chèvre sur un côté et ensuite pliez les samoussas, j'explique en image comment faire pour le pliage des samoussas ici.
 5. Vous faites de même pour toutes les feuilles de brick et vous obtenez 10 triangles farcis avec la préparation.
- Faites chauffer un filet d'huile d'olive dans une poêle et faites cuire 2 minutes de chaque côté sur feu assez vif. Servez aussitôt ils se dégustent chauds.

Boulettes de blettes

- 1 Beau bouquet de blettes
- 1 pot de ricotta
- 1 œuf
- 1 peu de farine

- 1 pot de crème fraîche
- Parmesan

Détachez le vert des côtes, hacher menu et mettre dans une poêle avec du beurre afin de les faire quasi cuire...mais pas complètement écrasées, les déposer dans la passoire et presser pour enlever tout le jus. Laisser tiédir un peu et ajouter la Ricotta, mélanger Puis l'œuf, et si les boulettes ne sont pas assez fermes ajouter un peu de farine, bien les rouler dans le creux de la main plonger les boulettes dans une casserole d'eau en train de bouillir...1 ou 2 min Déposer dans un plat, sécher et arroser de sauce tomate maison, au moment de servir, réchauffer au four.



Photos de la semaine:

Une belle paire de radis a été cueillie cette semaine...

Notre coureur indien vient se rafraîchir sous les arrosirs tout en allant à la chasse aux limaces...



Concours photo

Avez-vous déjà participé au concours photo annuel de Plaine de Vie?

Amateur ou vrai pro, avec ou sans réflexes, ne manquez pas de participer à notre concours photo qui se déroulera le 26 mai à l'occasion des portes ouvertes de Plaine de Vie.

Le thème de cette année :

"Nature en ville"

La photo devra être imprimée en couleurs en format A4.

La taille de la photo sera d'environ de 2000x3000 pixels.

Un commentaire de 2 lignes maximum peut être inscrit au dos ainsi que :

- Les nom et prénom du participant
- L'adresse postale et le n° de téléphone du participant
- L'email du participant

Les images ne respectant pas ces critères seront éliminées.

La date limite de dépôt au siège de l'association sera le 18 mai 2018. Merci pour votre participation !

Samedi
26 mai 2018
Portes Ouvertes
de Plaine de Vie
Ezanville

01.39.35.27.36

11h00 - 18h00
Marché bio
et local

14h00 - 17h00
Visites terrains
Animations
Nature

12h30 - 14h00
Repas
Partagé

Venir nous voir: Plaine de Vie
Rue Marin
95460 Ezanville

l'Europe s'engage en Ile-de-France
20 ans Plaine de Vie
UNION EUROPÉENNE

Cette action est cofinancée par le Fonds Social Européen dans le cadre du programme opérationnel national « Emploi et Inclusion » 2014-2020