



Contenu des paniers de cette semaine:

Petits paniers de base: salade, tomates cerises, tomates, courgettes, concombres, aubergines, poivrons **Grands paniers de base:** salade, tomates cerises, tomates, courgettes, concombres, aubergines, petits pois, poivrons, ciboulette

Valeur monétaire des paniers de cette semaine : Si on se penche sur le cours des légumes bio, les petits paniers de cette semaine sont évalués à 15.51€ et les paniers familiaux à 27.31€.

Les paniers du jeudi 15 Août seront distribués le mercredi 14 Août. Merci de le noter pour ceux et celles qui seront dans le coin!!!

Soupe froide de tomates cerises au basilic

- 4 kg de tomates cerises mûres
- 6 gousses d'ail
- 12 feuilles de basilic
- huile d'olive
- piment d'Espelette

Sel

Lavez à l'eau claire les tomates.

Pelez-les puis épépinez-les.

Mettez-les dans le bol d'un robot.

Epluchez l'ail, puis rincez-le.

Ajoutez l'ail, 11 feuilles de basilic, 4 c. à soupe d'huile d'olive et 1 pincée de piment d'Espelette, aux tomates.

Salez l'ensemble, puis mixez le tout jusqu'à obtention d'un velouté.

Versez-le dans un bol et placez-le au réfrigérateur pendant 2 h.

Servez en mini-soupières et garnissez d'une feuille de basilic.

Tortillas aux légumes grillés

- 4 tortillas
- 1 courgette
- 1 aubergine
- 1 poivron jaune
- 2 oignons rouges
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 c. à soupe de jus de citron
- persil ciselé
- sel, poivre

Nettoyez tous les légumes.

Coupez la courgette et l'aubergine en tranches.

Epépinez et coupez le poivron jaune en lamelles.

Pelez et coupez les oignons rouges en lamelles.

Mélangez le tout avec l'huile d'olive, le jus de citron, le persil ciselé, du sel et du poivre dans un saladier.

Faites cuire le tout à la plancha jusqu'à ce que les légumes soient bien grillés.

Répartissez les légumes sur les tortillas.

Dégustez sans attendre.

Depuis lundi, il est possible de faire des dons pour l'association via une plateforme sécurisée. Chaque internaute aura la possibilité de verser un don ponctuel ou mensuel de la valeur de son choix. Ces dons favoriseront une déduction fiscale car il remplit les conditions générales prévues aux articles 200, 238 bis, et 978 du code général des impôts.

N'hésitez pas à en informer vos proches!

https://www.helloasso.com/associations/plaine-de-vie/formulaires/1

Tatiana, du réseau des adhérents

VACANCES NATURE DU 26 au 30 AOUT 2019

Les vacances nature à Plaine de Vie! Du 26 au 30 Août, c'est avant tout une enquête où les enfants vont devoir ouvrir l'œil pour résoudre des enquêtes au jardin. Mais où se cachent les insectes? Quel mystère plane autour de cette mare mystérieuse? Les plantes magiques ont envahi le jardin! Qui saura les détecter et connaître les secrets bien gardés de ces herbes apparemment anodines?

Retrouvez leur trace avec l'aide de Sofia, la plus grande détective de la nature et partez en mission spéciale à la recherche des compagnons du jardin! Indices, relevés d'empreintes et énigmes sont à la clé pour des aventures hors du commun.

Chaque jour, une approche riche et variée sur le thème de prédilection avec des temps de jardinage. Une belle occasion de profiter de l'été au jardin pédagogique.

Un goûter est inclus chaque jour.

Convient aux enfants de 4 à 12 ans

15 € par enfant et par jour ou 50 € par famille pour la semaine

Inscription obligatoire sur animation-nature@plainedevie.org ou par téléphone au 01 39 35 27 36

