



Jeudi 15 juillet 2021

Feuille de chou n°1075

Contenu des paniers :



Petits paniers Bouffémont, St Brice, St Leu : salade, courgette, concombre, fenouil, tomate cerise, basilic

Petits paniers Ezanville Novéal : salade, courgette, concombre, fenouil, basilic, pomme de terre nouvelle

Grands paniers : salade, courgette, concombre, fenouil, tomate cerise, aubergine, oignon nouveau, poivron, tomate, basilic

Message aux adhérents de Bouffémont:

Les paniers du point de dépôt de Bouffémont pourront encore être récupérés chez M. BOUSSANGE cette semaine.

Sofi pour Tatiana du réseau des adhérents



Plaine de vie
cultivons la solidarité



**Opération
Découverte**

Sans engagement!

Commandez vos 4 paniers estivaux !
Du 1er juillet au 31/08/2021



15 € le panier
de légumes bio locaux

Pour réserver vos dates de paniers, merci de contacter le 01 39 35.27 36

Cette opération est valable pour toutes les personnes que vous connaissez et qui ne souhaitent pas s'abonner (tant pis pour eux:)); cela leur permet d'avoir un avant-goût des bons légumes bio et locaux (solidaires et savoureux) pendant l'été.
N'hésitez pas à partager l'information autour de vous!



Plaine de vie
cultivons la solidarité

URGENT!



APPEL À BÉNÉVOLES

Nous recherchons de bonnes âmes pour venir planter les 50 000 poireaux. Débutants acceptés!
01 39 35 27 36
maraichage@plainedevie.org

Urgent et important

Nos petits poireaux ont besoin de vous !

Notre machine à planter les poireaux nous fait défaut , elle n'est pas très adaptée à notre configuration , volume , lieu de plantation , météo ...du coup , il nous faut tout planter à la main 🙌🙌🙌🙌 .

Et c'est là que les supers adhérents que vous êtes, intervenez !

Et oui , on me dit qu'avec une 15zaine de paires de bras bénévoles ,
en quelques jours, c'est bouclé !

Une seule personne s'est proposée pour le moment , on vous attend...les autres ...
en fonction de vos disponibilités...

Le rêve , non !? une découverte de la nature , pour les vacances ?

Allez , on vous attend, les volontaires peuvent écrire venir téléphoner

...

APPEL AUX DONS ! toujours...

nous recherchons des objets aussi éclectiques qu'utiles à notre bon
fonctionnement.

Les **cagettes en bois** nous sont très utiles pour confectionner les paniers
du jeudi (notamment sur les points de dépôt).

Nous recherchons également une **bétonnière électrique** pour couler des
pieds de béton de notre prochaine nouvelle serre. Ce serait idéalement pour le
mois d'Août et pour un prêt seulement.

Enfin le **clavier** pourtant récent de Tatiana, menace à chaque touche de lui
causer des crampes aux doigts, se verrait bien avec un clavier plus
ergonomique pour pouvoir taper plus vite que son ombre (oui je parle à la
troisième personne, je ne trompe personne hahaha)

Merci d'avance !

APPEL AUX TALENTS! toujours...

Nous recherchons un ou une bricoleuse pour changer un néon dans le hangar
et en remettre 1 nouveau neuf

On aimerait également pouvoir changer le robinet de la cuisine aussi
recherchons de talents en plomberie...

Si quelqu'un se sent concerné, qu'il nous contacte au 01 39 35 27 36 ou sur
contact@plainedevie.org

Retrouvez les recettes du moment sur notre [site!](#)



Courgettes farcies

Temps total: 1 h 10 min

Préparation:

20 min

Cuisson:

50 min

- **Étape 1**
Laver les courgettes, ne pas les peler. Les couper en deux dans le sens de la longueur pour obtenir 4 barquettes. Evider chaque barquette avec une petite cuillère et conserver la chair à part.
- **Étape 2**
Faire revenir la chair de courgette dans la moitié d'huile d'olive avec l'oignon émincé. Ajouter ensuite la viande hachée et faire revenir à nouveau en mélangeant avec une fourchette afin de bien égrener la viande hachée.
- **Étape 3**
Dans un plat allant au four, disposer les barquettes de courgettes l'une à côté de l'autre, les remplir de la farce courgette - viande et arroser le tout avec le coulis de tomate ou une boîte de tomates pelées (selon que l'on désire plus ou moins de jus).
- **Étape 4**
Mettre au four 200°C pendant environ 30 à 40 minutes.
- **Étape 5**
Quelques minutes avant la fin de la cuisson, parsemer le plat avec le fromage râpé et poursuivre les dernières minutes de cuisson (le fromage fond). Pour un véritable doré, passer le plat au grill quelques instants.
Bon appétit.

J'annule mes 7 paniers pour l'année 2021

Faire un don à Plaine de Vie

Plaine de Vie

42 rue du chemin vert 95460 Ezanville
01.39.35.27.36

adherents@plainedevie.org

www.plainedevie.org

Fb: [Plaine de Vie](#)



Want to change how you receive these emails?

You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).