

Mercredi 16 décembre 2021  
**La feuille de**  **n°1097**

**Contenu des paniers :**

**Petits paniers Deuil (Terrabiere)/ St-Brice/ Sarcelles/ Saint-Leu/ Domont:** courge, pomme de terre, carotte, poireau

**Petits paniers Novéal:** courge, topinambour, pomme de terre, carotte, poireau, chou kale

**Petits paniers Bouffémont / Ezanville:** courge, topinambour, pomme de terre, carotte, poireau

**Grands paniers Deuil/ Saint-Brice/ Bouffémont:** courge, pomme de terre, carotte, poireau, betterave, blette, chou kale, oignon

**Grands paniers Sarcelles / Ezanville:** courge, pomme de terre, carotte, poireau, betterave, chou kale, chou kale, mâche

**Grands paniers Saint-Leu :** courge, pomme de terre, carotte, poireau, betterave, chou kale, chou kale

**Nos meilleures courses:** courge, pomme de terre, carotte, poireau, betterave, blette, chou kale, mâche

Le point de dépôt de Deuil (Terrabière) sera fermé le jeudi 30 décembre. Merci d'annuler votre panier ou de venir le chercher exceptionnellement à Plaine de Vie à Ezanville. Merci de votre compréhension.  
Tatiana du réseau des adhérents

**Avez-vous annulé vos paniers ?**  
Pour information, il reste deux paniers sur l'année 2021, le jeudi 23 et le jeudi 30 décembre. Nous sommes ouverts et continuons à confectionner les paniers pour nos chers adhérents. Si vous décidez de partir en vacances (même au pied levé) merci de nous prévenir car nos effectifs sont réduits et les légumes préférés ne pas être récoltés à perte à cette période (jamais d'ailleurs). Merci de votre compréhension.  
Je vous rappelle que 7 paniers sont à annuler sinon ils sont facturés en plus en début d'année.  
Tatiana du réseau des adhérents

**La photo de la semaine:**

Mieux vaut tard que jamais pour annoncer les bonnes nouvelles alors pour ceux et celles qui connaissent notre chère coordinatrice en Espaces Verts, Héléne a mis au monde la magnifique Naélie le 19 novembre dernier. Elle se porte très bien et ses parents sont sous le charme de ce petit amour venu combler leur vie.  
Bienvenue à Naélie dans ce monde !



**Appel aux dons:**  
Nous sommes toujours à la recherche d'un siège auto pour une ancienne salariée. Merci d'avance!

**Vacances Nature** Tarif : 10€/enfant/jour  
age : à partir de 5 ans

OUAIII c'est enfin les vacances !!!!!  
Ce n'est ni le froid ni le vent qui vont nous empêcher de nous amuser.

**Date :**  
lundi 27 et mercredi 29 décembre 2021

**horaire :**  
de 14h à 16h45

**Inscription obligatoire !**  
Mail : animation-nature@plainedevie.org ou sms 06 70 55 44 71  
Lieu: Plaine de Vie, 42 rue du chemin vert 95460 EZANVILLE



Vous n'avez pas encore trouvé d'idée cadeau pour vos proches ? Et si cette année, vous offriez des paniers de légumes bio, locaux et solidaires ?

**Offre de 2 paniers bio de base : 25 €**  
**Offre de 4 paniers bio de base : 50 €**

Les paniers sont à retirer à Ezanville le jeudi entre 16h et 19h.

Pour réserver votre carte cadeau, merci de contacter Tatiana au 01 39 35 27 36 ou sur [adherents@plainedevie.org](mailto:adherents@plainedevie.org)

Association PLAINE DE VIE  
42 rue du chemin vert  
95460 Ezanville

**Bon cadeau pour 2 paniers de base**  
Commandez vos 2 paniers !  
Du 1er janvier 2022 au 28/02/2022

Offert par \_\_\_\_\_

Merci de cocher la case après réception de chaque panier  
Bon cadeau n°.....



**Qui sommes-nous?**  
Plaine de Vie est une association inscrite dans le domaine de l'insertion par l'Activité Economique. À partir de travaux de nature, elle assure l'insertion professionnelle de personnes éloignées de l'emploi, vivant sur le territoire du Val d'Oise. Depuis 1998, Plaine de Vie est aussi engagée dans une démarche de développement durable. Les réalisations sont effectuées par des interventions douces et des pratiques respectueuses visant à minimiser l'impact sur l'environnement.

ASSOCIATION PLAINE DE VIE  
42 rue du chemin vert - 95 460 Ezanville  
Tel: 01.39.35.27.36 Mail: [adherents@plainedevie.org](mailto:adherents@plainedevie.org)  
Facebook: [www.facebook.com/plainedevie.ezanville](https://www.facebook.com/plainedevie.ezanville)



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

**La rubrique alimen'terre**



**Rillettes de poireaux**

**Ingédients :**

- 3 poireaux
- 150 g de lardons fumés
- 6 portions de vache qui rit

**Préparation :**

Préparation: 15 min  
Cuisson: 30 min  
Dans une sauteuse, faites revenir doucement les lardons et les poireaux coupés en rondelles, salez et poivrez.  
Laissez cuire doucement 30 min environ.  
Dans un mixeur (robot), versez la préparation, ajoutez les portions de vache qui rit et mixez.  
Servez.

**Cake salé au chou kale et feta**

**Ingédients**

- 100 g farine complète T150
- 100 g farine bise T110 (blé semi complète)
- 10 g poudre à lever
- 2 œufs
- 2 cuillères à soupe huile d'olive
- 1.5 dl lait végétal
- 2 feuilles chou kale
- 80 g feta coupée en dés
- Cerneaux de noix
- Sel, poivre
- Miel option

**Préparation**  
Préchauffez le four à 180° C  
Préparez le chou kale, enlevez la tige centrale, massez les feuilles (pour les attendrir), coupez-les grossièrement  
Dans un bol, mélangez tous les ingrédients dans l'ordre jusqu'au poivre compris  
Versez la préparation dans un moule à cake et enfournez 30 min  
Pour une version encore plus gourmande ; une fois votre cake cuit, badigeonnez-le d'un peu de miel  
**Trucs et astuces**  
Ce cake se conserve 4-5 jours au frigo et se congèle très bien.



Le dernier film de Cyril Dion "Animal" est sorti le 1er décembre. Il est diffusé au cinéma Jacques Prévert à Gonesse pour ceux et celles que ça intéresse.  
Un extrait ci-dessous

[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](mailto:adherents@plainedevie.org)  
[www.plainedevie.org](http://www.plainedevie.org)  
Fb: [Plaine de Vie](#)

