

Contenu des paniers

Petits paniers : navet botte, blette, mâche ou mesclun, salade, ciboulette,

Grands paniers : pomme de terre, betterave botte, navet botte, radis botte, blette, mâche, salade, ciboulette

Nos meilleures courses: pomme de terre, betterave botte, navet botte, radis botte, blette, mâche, salade, ciboulette

A la découverte de la nature au fil des saisons
Atelier cuisine

Ah les légumes, on les mange en salade, soupe ou accompagnement mais si pour une fois ils étaient notre dessert ou notre goûter



Date : mercredi 13 avril 2022 de 14h à 16h
Lieu : Plaine De Vie ,42 rue du chemin vert 95460 EZANVILLE
Tarif : 5€ / foyer



Appel à dons

Nous sommes à la recherche d'un casque de vélo hors norme en taille 61-62cm pour un de nos salariés. A tout hasard...



El Hadi, un des derniers salariés à être parti en emploi semble tout fier perché sur sa grosse tondeuse.

Partir pour rebondir...

Avez-vous vu passer la cagnotte participative hier? Nous avons lancé un financement participatif pour permettre à nos salariés de partir en voyage d'étude pendant 5 jours au mois de juillet. Chaque don compte alors n'hésitez pas et partagez ce projet autour de vous.

Il y a une publication sur facebook qu'il est très facile de partager

<https://www.facebook.com/plainedevie.ezanville>



Appel à bénévoles: Weekend du Connétable du 21 et 22 mai 2022

Chers adhérents,
Nous sommes à la recherche de bénévoles pour tenir un stand le week-end du 21 et 22 mai prochain à l'occasion du festival du Connétable. Plaine de Vie y aura un stand prévoyant des animations et une vente de plants essentiellement.
Merci de revenir vers moi si l'aventure vous tente !
Tatiana, du réseau des adhérents
07 82 44 06 54
adherents@plainedevie.org

Les vacances Nature d'Avril

Inscription obligatoire :
animation-nature@plainedevie.org
ou 06 70 55 44 71

Tarif :
10€ / enfant / jour

Horaire :
14h à 16h45




- Lundi 25**
Nos amis les insectes
- Mardi 26**
Atelier cuisine
- Mercredi 27**
Les plantes qui soignent
- Jeudi 28**
Chasse au trésor
- Vendredi 29**
La forêt, un milieu plein de secret

Les vacances Nature de Mai



Inscription obligatoire :
animation-nature@plainedevie.org ou 06 70 55 44 71
Tarif : 10€ / enfant / jour
Horaire : 14h à 16h45



- Lundi 2**
Atelier cuisine
- Mardi 3**
Plantation de légumes et de fleurs
- Mercredi 4**
Grand jeux au jardin
- Vendredi 6**
Jardinage printanier

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



Navets nouveaux confits au miel et la sauce soja

Ingrédients

- Navets nouveaux : 1 botte
- Miel : 1 cuillère à café
- Sauce soja : 2 cuillères à café
- Verre d'eau : 0.5
- Beurre : 20 g
- Sel
- Poivre

Déroulé de la recette

1. Je coupe les fanes des navets nouveaux en conservant un demi-centimètre de vert.
2. Je brosse les navets et les rince. Il ne faut pas les éplucher car la peau est très fine.
3. Je les coupe en 2 s'ils sont un peu gros afin que le temps de cuisson soit homogène.
4. Je fais chauffer doucement le beurre dans la sauteuse puis j'ajoute les navets, le miel, la sauce soja et l'eau. Je mélange.
5. Je couvre et laisse cuire jusqu'à l'évaporation de l'eau. Je poivre. Ce n'est pas la peine de saler grâce à la sauce soja.
6. En fin de cuisson, je fais rouler les navets avec une cuillère pour les enrober de la sauce sirupeuse.

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](#)

