Si vous n'arrivez pas à lire ce message, voir ce mail dans votre navigateur

Jeudi 23 juin 2022
La feuille de n°1124

Contenu des paniers

Petits paniers :
betterave botte, courgette, concombre, chou rave, salade, basilic

Grands paniers :
betterave botte, courgette, concombre, chou rave, oignon botte, tomate cerise, salade, basilic

Nos meilleures courses: betterave botte, courgette, concombre, chou rave, oignon botte, tomate cerise, salade, basilic

---

Elles sont belles nos aubergines ! Elles seront en vente cet après-midi sur le stand de Plaine de Vie et probablement au marché des producteurs demain soir !

Cet après-midi, je ferai une présentation rapide de Plaine de Vie pour ceux et celles qui souhaitent en savoir un peu plus sur nos 1001 facettes à 17h00 puis nous finirons par un petit pot de l'amitié.
En espérant vous y voir !
Rdv à Plaine de Vie
42 rue du chemin vert 95460 Ezanville

Ouvert à tous les adhérents (sous points de dépôt confondus !)

Cet après-midi, il y aura des abricots bceaux à 5 € le kg.

Des nouvelles des champs:

Un départ, une arrivée à Plaine de Vie:
La semaine dernière, nous avons dû au revoir à Camille, l'animatrice nature et dit bonjour à Corine.
Nous faisons connaissance avec elle et ses nombreuses casquettes.

"Je m'appelle Corine, avec un seul n, j'ai 50 ans et j'ai toujours eu un intérêt pour la nature et le jardinage.
Avant d'arriver à Plaine de Vie, j'ai été prof de FLE (Français Langue Étrangère) et professeur des écoles pendant 16 ans, mais aussi journaliste pour la presse animalière et technique.
Passionnée de nature et de jardinage depuis mes enfances, j'ai eu l'occasion durant toutes mes années d'enseignement passées à l'Éducation nationale de partager et de transmettre au travers de nombreux projets et ateliers ma passion de la nature via la mise en place d'une pédagogie active pour permettre d'apprendre en faisant.

Au 70 ans arrivées, j'ai imaginé de nombreux ateliers et préparé autant de supports pédagogiques pour sensibiliser et informer les enfants mais aussi les adultes au jardin et à la protection de son écosystème".

J'ai trouvé l'annonce de Plaine de Vie qui m'a tout de suite parlé pour me permettre de tier l'animation et l'attrait pour la nature.

Au plaisir de vous rencontrer prochainement !

Corine
Animatrice nature

Atelier cuisine mercredi 29 juin de 14h à 16h en rue de préparer un repas pour dix personnes. Prétizi à réinver le challenge culinaire! Débutants acceptés.
Inscription obligatoire
Places limitées à 5 personnes

L'été est bien là et avec comme chaque année, c'est le moment où nous plantons nos poireaux pour l'hiver. Il fait à peine chaud qu'on pense déjà à nos soupes hivernales

Cette année encore, nous proposons une offre estivale pour les personnes souhaitant goûter nos légumes mais n'ayant pas d'abonnement, n'hésitez pas à passer le mot autour de vous !!

Un Eco-village dans le lycée de Sarcelles:
Mardi 7 juin dernier, le lycée de Sarcelles organisait une journée sous le signe de l'éco citoyenneté et nous convoit pour animer, sensibiliser les élèves sur les questions environnementales. Nous avions donc organisé des petits jeux autour de l'alimentation et la plantation. Nous avons été agréablement surprises par la réponse et l'engagement des jeunes lycéens.
Une belle journée, merci au lycée pour cette invitation très chouette !
Tatiana, du réseau des adhérents

Retrouvez les recettes du moment sur notre site!

Galettes de courgettes à la feta

- 400g de courgettes
- 1 oignon
- 2 oeufs
- 60g de feta
- 4 cuillères à soupe de chapelure
- ½ bouquet de persil
- 1 gousse d'ail
- Sel, poivre

1. Préchauffer le four à 210°. Recouvrir une plaque de cuisson de papier sulfurisé.
2. Rincer puis épluchez la courgette. Ôtez les extrémités et en frien tamelles. Pelez et émiecez fremment l'oignon. Ébouillantez la feta. Pelez et hachez la gousse d'ail. Hachez le persil.
3. Dans un récipient, malaxez la courgette et l'oignon. Ajoutez les oeufs, les morceaux de feta, la chapelure, l'ail et le persil. Salez et poivrez le tout. Mélangez énergiquement la préparation.
4. Sur le papier sulfurisé, formez des petits tas de préparation en les espaçant. Aplatissez légèrement ceux-ci. Enfournez durant 7 minutes avant de retourner les galettes et de prolonger la cuisson de 7 minutes.

Chips de courgettes
200g de farine
2 glaçons
20 cl d'eau gazeuse
4 courgettes

1. Lavez et coupez les courgettes en fines rondelles.
2. Mélangez la farine, les glaçons et l'eau gazeuse. Trempez y les rondelles de courgettes, et faites-les frire quelques minutes dans de l'huile bien chaude.
3. Égouttez sur du papier absorbant et servez aussitôt.

Faire un don à Plaine de Vie

Plaine de Vie
42 rue du chemin vert, 95460 Ezanville
01 39 35 27 36

adherents@plaindevie.org
www.plaindevie.org
Plaine de Vie

Plaine de vie
Financé par l'Union Européenne

Want to change how you receive these emails?
You can update your preferences or unsubscribe from this list.