

La Feuille de Choux

Semaine 16 – Année 2022



Le Pays fait son jardin



Réseau Coccagne



Dans votre panier cette semaine :

Légumes	Prix à l'unité	Estim. panier	Prix panier
Champignons Pleurotes	12.00€/Kg	400 g	4.80 €
Chou - Fleur	3.00€/p	1 pièce	3.00 €
Laitue Batavia	1.30€/p	1 pièce	1.30 €
Navet botte	2.10€/p	1 pièce	2.10 €
Pommes de terre DITTA (chair ferme)	2.00€/Kg	1 Kg	2.00 €
Radis botte	1.80€/b	1 botte	1.80 €
Produits issus de l'agriculture biologique Catégorie II Certifié - cateur : FR-BIO-10 / Agriculture France			15.00 €

Pour accéder à votre solde :

Connexion au site :

www.lepaysfaitsonjardin.cocagnebio.fr

Identifiant : votre mail

Mot de passe : votre mot de passe

Ingrédients pour 4 personnes //
en tout: 50 min. | de prép: 30 min.

BURGERS "PULLED MUSHROOM"

Champignons

250 g de pleurotes effilochés
2 gousses d'ail écrasées
2 cs d'huile d'olive
1 cc de paprika
¼ cc de sel
¼ cc de flocons de chili

Burgers

4 pains à hamburger
100 g de choux rouges émincés
½ bouquet de coriandre effilochée

Farce

1 cs d'huile d'olive
1 oignon coupé en fines rondelles
6 cs de sauce BBQ



ÉTAPE 1/4 CHAMPIGNONS

Mélanger les champignons avec tous les ingrédients jusqu'aux flocons de chili compris, puis répartir le tout sur une plaque recouverte de papier cuisson.

ÉTAPE 2/4 CUISSON

Faire cuire env. 20 min. au milieu du four préchauffé à 180 °C.

ÉTAPE 3/4 FARCE

Faire chauffer l'huile dans une poêle antiadhésive. Faire revenir l'oignon pendant env. 15 min en remuant de temps en temps. Ajouter les champignons et la sauce BBQ, mélanger.

ÉTAPE 4/4 BURGERS

Garnir les moitiés inférieures des pains de cette farce, puis répartir le chou rouge et la coriandre dessus. Recouvrir avec les moitiés supérieures.

Période d'adhésion

Mars 2022 – 16 Sept 2022

Horaires de distribution

Le Theil vendredi 9h30-19h

La Guerche vendredi 11h - 19h

Janzé mardi 15h - 18h30

Vitré mardi 16h - 19h



Le Relais pour l'Emploi
Ensemble, pour l'homme, trouvons des solutions

Siège social

6 rue Louis Pasteur
35240 Retiers
02 99 43 60 66

paniers@lerelaispourlemploi.fr

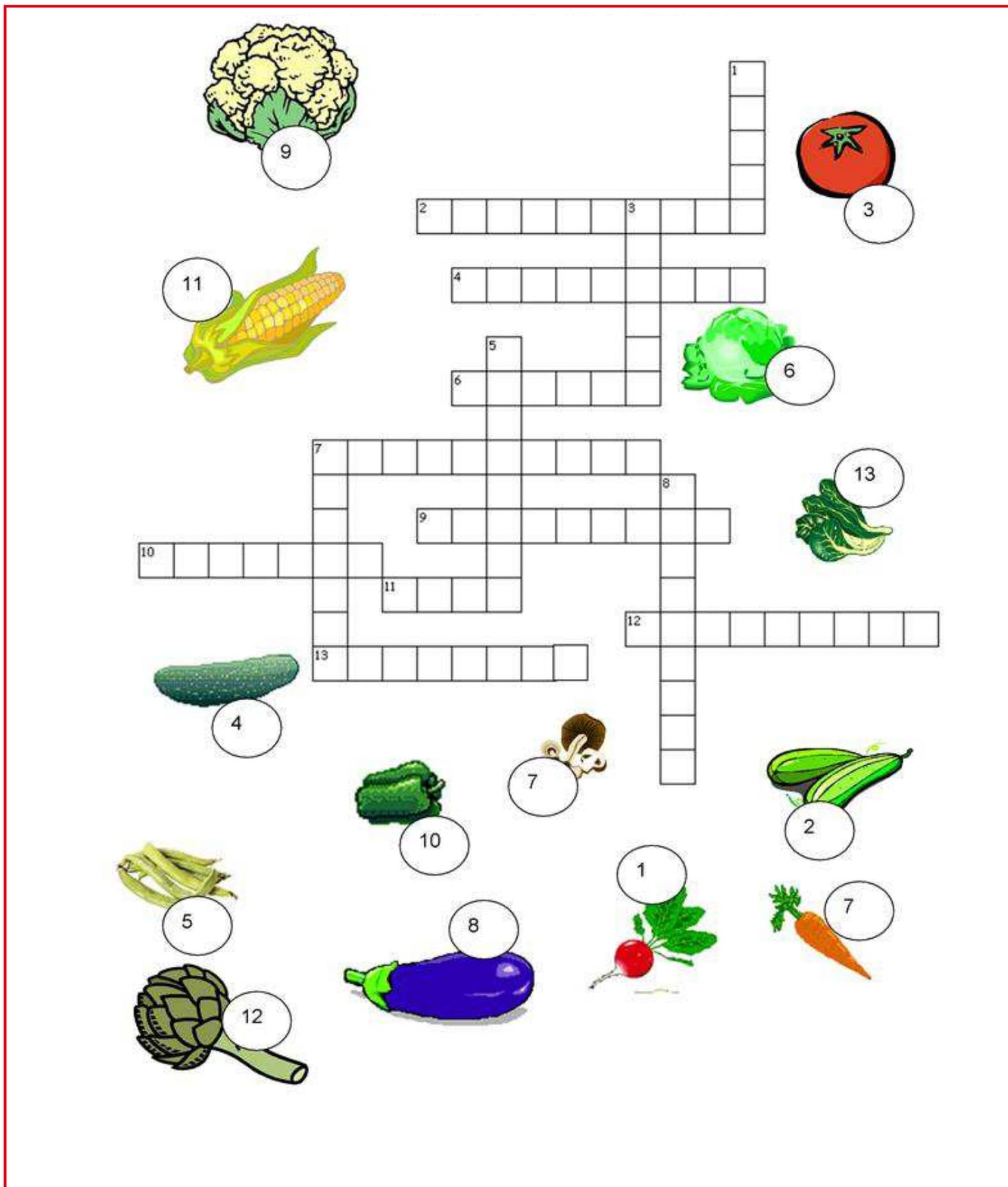


Ce projet est
cofinancé par
le Fonds social
européen

Site de production

La Rigaudière
35240 Le Theil-de-Bretagne

www.lerelaispourlemploi.fr



Période d'adhésion

Mars 2022 – 16 Sept 2022

Horaires de distribution

Le Theil vendredi 9h30-19h

La Guerche vendredi 11h - 19h

Janzé mardi 15h - 18h30

Vitré mardi 16h - 19h



Le Relais pour l'Emploi
Ensemble, pour l'homme, trouvons des solutions

Siège social

6 rue Louis Pasteur

35240 Retiers

02 99 43 60 66

paniers@lerelaispourlemploi.fr



Ce projet est
cofinancé par
le Fonds social
européen

Site de production

La Rigaudière

35240 Le Theil-de-Bretagne

www.lerelaispourlemploi.fr