

La Feuille de Choux

Semaine 1 – Année 2018



Le Pays fait son jardin



Réseau CACAGNE



Dans votre panier cette semaine :

Légumes	Prix à l'unité	Estim. panier	Prix panier
Carottes	2.50€/kg	600g	1.50€
Céleri-rave	2.90€/kg	600g	1.74€
Chou vert lisse	2.20€/p.	1 p.	2.20€
Courge Potimarron	2.80€/p.	1 p.	2.80€
Pourpier	10€/kg	200g	2.00€
Produits issus de l'agriculture biologique / Catégorie II Certificateur : FR-BIO-10 / Agriculture France			10.24€



Les p'tits conseils de David, Jardinier

Pour apaiser vos mains gercées, presser un citron et ajoutez-y une cuillère à soupe de miel et une cuillère à café d'huile d'olive. Appliquez ce mélange sur vos mains ; laissez poser 20 minutes avant de rincer.

Pour calmer les démangeaisons dues aux piqûres d'insectes, diluez du vinaigre blanc dans de l'eau et imbinez un coton ; tamponnez délicatement les zones touchées.

De l'art délicat d'établir la composition de vos paniers

Chaque semaine, nous nous frottons à cet exercice délicat que d'établir la composition de vos paniers avec un premier paramètre : mixer légumes racines et légumes feuilles, légumes classiques et hors du commun, à manger cru ou cuit. Deuxième paramètre : malgré la saisonnalité, penser « diversité » d'une semaine sur l'autre, voire par quinzaine (pour nos adhérents récupérant un panier une semaine sur deux). Entre aussi en ligne de compte le temps nécessaire à la récolte, au nettoyage, aux pesées avant la mise en paniers. Sans compter les aléas climatiques, maladies éventuelles, attaques de ravageurs... et la maturité des légumes, qui peut se faire attendre ou engendrer arrivage simultané ou, à l'inverse, étalé quand on prévoyait tout le contraire... Tout un art, on vous disait...

Période d'adhésion

11 Septembre 2017 - 11 Mars 2018

Horaires de distribution

Le Theil jeudi 12h - 14h
vendredi 9h30 - 19h
La Guerche vendredi 11h - 19h
Zanzé mardi 15h - 19h
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

