

# Les Jardins d'avenir

Semaine 49

03 déc au 09 déc 2018

## Info jardin

*Les Jardins d'avenir seront fermés la semaine de Noël, c'est à dire la semaine 52.*

*Il n'y aura donc pas de paniers pour cette semaine*

-----

● **Information pour les communes de Ligné et de St Mars**

*En raison des fêtes de fin d'année, la distribution de la 1ère semaine 2019, qui devrait avoir lieu le mardi 1er janvier, aura lieu le mercredi 2 janvier aux heures habituelles.*

**Pour nous joindre : [lesjardinsdavenir44@yahoo.fr](mailto:lesjardinsdavenir44@yahoo.fr)  
ou tél : 07 68 00 41 23**

## Composition de votre panier cette semaine

Légumes	9€	11€50
Panais	0,6 kg	0,6 kg
Carottes	0,6 kg	0,6 kg
Chou Chinois « PAK CHOI »	1 Pièce	1 Pièce
Claytone	0,2 kg	0,2 kg
Betteraves	0,6 kg	0,8 kg
Choux de Bruxelles	---	0,5 kg

# Soupe de carottes au curry

recette facile

Préparation : 15 mn- Cuisson : 15 mn

## Ingrédients pour 4 personnes:

600 g de carottes - 6 portions de Vache qui rit ou Carré Frais  
2 oignons - 1 c.à café de curry - 2 cubes de bouillon de volaille  
2 c.à soupe d'huile d'olive - 1 l d'eau

## Préparation

1 Commencez par éplucher vos légumes et coupez-les en morceaux.  
2 Dans une poêle, faites chauffer l'huile d'olive et ajoutez les légumes. Mélangez et saupoudrez de curry. Goûtez votre soupe afin de savoir s'il est nécessaire de rajouter du curry ou non. Ajoutez l'eau et les cubes de bouillon puis laissez cuire 15 min environ.

3 Votre préparation est maintenant presque terminée, il ne vous reste plus qu'à utiliser votre mixeur plongeant pour obtenir la consistance désirée et à ajouter les portions de fromages et à les laisser fondre.

4 Vous sentez la bonne odeur de carottes et de curry ? Votre soupe de carottes au curry est maintenant prête.

Bonne dégustation !

# Les Jardins d'avenir

Semaine 49

03 déc au 09 déc 2018

## Info jardin

*Les Jardins d'avenir seront fermés la semaine de Noël, c'est à dire la semaine 52.*

*Il n'y aura donc pas de paniers pour cette semaine*

-----

● **Information pour les communes de Ligné et de St Mars**

*En raison des fêtes de fin d'année, la distribution de la 1ère semaine 2019, qui devrait avoir lieu le mardi 1er janvier, aura lieu le mercredi 2 janvier aux heures habituelles.*

**Pour nous joindre : [lesjardinsdavenir44@yahoo.fr](mailto:lesjardinsdavenir44@yahoo.fr)  
ou tél : 07 68 00 41 23**

## Composition de votre panier cette semaine

Légumes	9€	11€50
Panais	0,6 kg	0,6 kg
Carottes	0,6 kg	0,6 kg
Chou Chinois « PAK CHOI »	1 Pièce	1 Pièce
Claytone	0,2 kg	0,2 kg
Betteraves	0,6 kg	0,8 kg
Choux de Bruxelles	---	0,5 kg

# Soupe de carottes au curry

recette facile

Préparation : 15 mn- Cuisson : 15 mn

## Ingrédients pour 4 personnes:

600 g de carottes - 6 portions de Vache qui rit ou Carré Frais  
2 oignons - 1 c.à café de curry - 2 cubes de bouillon de volaille  
2 c.à soupe d'huile d'olive - 1 l d'eau

## Préparation

1 Commencez par éplucher vos légumes et coupez-les en morceaux.  
2 Dans une poêle, faites chauffer l'huile d'olive et ajoutez les légumes. Mélangez et saupoudrez de curry. Goûtez votre soupe afin de savoir s'il est nécessaire de rajouter du curry ou non. Ajoutez l'eau et les cubes de bouillon puis laissez cuire 15 min environ.

3 Votre préparation est maintenant presque terminée, il ne vous reste plus qu'à utiliser votre mixeur plongeant pour obtenir la consistance désirée et à ajouter les portions de fromages et à les laisser fondre.

4 Vous sentez la bonne odeur de carottes et de curry ? Votre soupe de carottes au curry est maintenant prête.

Bonne dégustation !