

L'écho des Jardins

n°2 - 3^{ème} trimestre 2013



LE MOT DU PRESIDENT

Avec l'arrivée des beaux jours, tant attendus, arrive le nouveau numéro de l'écho des jardins.

Vous avez été très nombreux à nous envoyer des messages d'encouragement et de soutien lors de la première parution, et c'est tout naturellement que les salariés des Jardins de Labastide Saint Pierre, très touchés par vos messages, se sont mobilisés à nouveau pour vous faire partager la vie de notre association dans ce nouveau numéro.

Encore une saison bien chargée dont ils vont vous relater les événements, à leur façon, et avec leurs yeux d'aide-jardiniers. Et toujours les rubriques qui leur tiennent à cœur, pour vous faire partager leur quotidien, leurs expériences

Je vous souhaite une bonne lecture et vous souhaite de passer un bon été, en espérant qu'il sera très ensoleillé et pleins de bons légumes à cuisiner, et je vous donne rendez-vous en septembre pour notre journée portes ouvertes !

Julien BIAGI - Président de l'association

Assemblée Générale du 4 juin : Un bilan plutôt positif !

Vous avez été quelques-uns à répondre à notre invitation du 4 juin pour cette assemblée générale qui s'est déroulée dans la bonne humeur.

Le bilan de l'année 2012 est plutôt positif, avec des comptes à l'équilibre, une activité qui se développe, des salariés qui se forment, trouvent des emplois à la sortie des jardins, et de beaux projets pour les 2 années à venir. L'assemblée générale s'est clôturée autour d'un verre de l'amitié qui a amené des échanges autour des paniers de légumes et de nouvelles idées.... .

Encore un grand merci aux adhérents qui ont fait le déplacement et qui ont partagé ce moment avec nous.

A l'issue de l'assemblée générale, le conseil d'administration s'est réuni et à renouvelé sa confiance au bureau déjà en place.



Rozenn Pech, secrétaire, Patrice Sanz De Alba, Trésorier, Agnès CASSAGNET, Vice-Présidente, Julien BIAGI, Président.

Les Jardins de Labastide Saint Pierre

Association les jardins de las planes - 1460 chemin de Lauzard - 82370 Labastide Saint Pierre

Tél : 06.18.27.13.19 - email : lesjardinslsp@hotmail.fr

Association soutenue par :



L'essentiel & plus encore

RESEAU COCAÛNE

LA VIE DES JARDINS

Nous entrons dans la 3^{ème} année d'activité des jardins. La 2^{ème} année s'est clôturée par un hiver très long, nos cultures ont été partiellement détruites en juin par l'orage de grêle qui s'est abattu sur Labastide. Notre activité maraichère a donc été ralentie bien plus longtemps que cela n'aurait dû l'être. Mais qu'importe, les salariés ont pu en profiter pour se former davantage.

Hélène, l'encadrante maraichère a pu proposer aux salariés plusieurs sessions de formation en interne, sur les techniques du maraichage notamment, et s'est elle-même formée puisqu'elle a suivi une formation en informatique.

Les salariés, quant à eux, ont poursuivi leurs objectifs. Amélie, Pascal et Micaele ont passé des permis CACES. Amélie terminera sa formation à l'automne prochain. Josiane a passé la FIMO et peut donc ainsi envisager une reprise d'activité dans le transport. Mohamed, dont nous avons retracé le parcours lors du dernier numéro, termine son parcours de formation. Il a obtenu le permis poids lourd, le permis super lourd et validé la FCO.

Martine et Momo souhaitent poursuivre dans le maraichage et ont donc suivi une formation dans ce domaine pour mieux en maîtriser les techniques. Laurence, notre animatrice du réseau d'adhérents, à quant à elle suivi une formation en informatique afin d'acquérir les compétences nécessaires à la création de notre site internet.



D'autres salariés sont partis, grâce à des entreprises d'accueil, en période d'immersion. La période d'immersion est une période de stage en entreprise qui permet de découvrir un métier, de valider un projet professionnel ou tout simplement de vérifier les compétences et capacités d'un salarié à travailler en entreprise. Saïd, Martine et Micaele ont profité de ces périodes en entreprise durant l'hiver.

Saïd et Thierry nous ont quittés pour voler de leurs propres ailes. Nous leur souhaitons bonne continuation dans leurs projets. Ils ont laissé la place à Sid Ahmed et David qui ont rejoint l'équipe.

Cependant, le mauvais temps de ce printemps n'a pas été que positif. Certes, les salariés se sont formés, mais les légumes eux, n'ont que guère poussés. Les champs, impraticables pendant très longtemps, n'ont pas pu être travaillés pour accueillir dans des délais raisonnables les cultures de printemps et d'été. Vous vous en êtes évidemment rendus compte en voyant revenir plus longtemps que de coutume les légumes d'hiver dans vos paniers. Mais qu'à cela ne tienne, dès l'arrivée de ces beaux légumes, vos paniers regorgeront de légumes divers et variés pour compenser ce printemps plutôt morose. Les salariés vous proposent d'ailleurs, dans ce numéro, des recettes pour les préparer de plusieurs façons différentes.

Et puis, après nos péripéties de vol du véhicule de livraison, puis du tracteur en avril dernier, nous avons enfin reçu notre nouveau tracteur. Nous remercions d'ailleurs Jérôme et Cathy, maraichers et adhérents actifs des jardins, pour leur prêt de motoculteur afin que nous puissions au moins continuer à travailler le sol sous les serres pendant cette période difficile. Un très beau geste de leur part pour nous aider que nous soulignons ici.

Depuis, les choses se sont améliorées, l'association a acquis du matériel adapté aux sols et à l'activité, le soleil commence à pointer le bout de son nez, et nous espérons un bel été avec des légumes à foison.



UNE JOURNEE AUX JARDINS DE LABASTIDE SAINT PIERRE

Nous avons choisi ce mois-ci de vous faire partager le quotidien des aide-jardiniers au chantier, ce qu'ils font, ce qu'ils ressentent, tout au long d'une journée de travail.

Le matin, l'arrivée des jardiniers se fait au fur et à mesure, mais plutôt massivement. En effet, plusieurs d'entre nous n'ont pas le permis de conduire, donc nous faisons du covoiturage, en fonction de nos lieux d'habitation. Dans la voiture, nous parlons de la pluie et du beau temps, mais aussi du travail !



A 9h, Hélène, l'encadrante maraîchère, nous réunit pour nous donner les directives de la journée et constituer les équipes. Chacun sait alors ce qu'il a à faire et se rend sur le lieu de son activité. Tout le monde s'affaire, et Hélène est là, en soutien, pour nous réexpliquer si besoin la tâche à accomplir, nous montrer les gestes à reproduire, et veiller à ce que chacun mène à bien la mission qui lui a été confiée.

En milieu de matinée, une petite pause s'impose ! Pendant 10 minutes, nous partageons un café, une discussion, avant de reprendre les activités. En fin de matinée, la faim et la fatigue se font sentir. Il est de plus en plus dur de se concentrer et de se motiver, et d'autant plus quand les activités sont physiques ou quand il fait très chaud.

A midi et demi, c'est la pause déjeuner. Nous pouvons profiter d'une heure de pause, et d'un repas chaud. C'est très agréable, surtout l'hiver. Une salle de pause aménagée est à notre disposition : réfrigérateur, micro-ondes, vaisselle, chacun amène son repas et nous mangeons tous ensemble ... ou presque ! Il y a les adeptes du repas pris à l'extérieur, et ceux qui préfèrent la chaleur de la salle de repos !

13h30 : reprise des activités de maraîchage. Nous repartons donc en équipe sur des activités souvent différentes de celles du matin. En maraîchage, il y a beaucoup de tâches différentes et cela évite la lassitude. Certaines activités sont très lassantes, comme le désherbage qui se fait quasiment entièrement à la main en maraîchage biologique et qui ne passionne pas grand monde dans l'équipe !

Dans l'après midi, nous partageons à nouveau une petite pause tous ensemble avant de poursuivre nos activités et de terminer notre journée à 16H30. En fin de journée, aucun aide-jardinier ne traîne. Les outils sont nettoyés et rangés très rapidement à leur place, les ouvriers se changent avant de monter dans la voiture, et chacun est heureux de retrouver son chez lui pour une bonne douche et une soirée de détente.

Une journée aux jardins, ce n'est pas désagréable. Nous n'avons pas tous une passion pour ce métier, c'est avant tout un emploi qui nous permet de nous réinsérer. Mais certains y ont pris goût et s'orientent sur ce type d'emploi par la suite. C'est un métier très intéressant mais parfois difficile. Quand les conditions climatiques ne sont pas avec nous, on peut penser que travailler dans le froid ou sous un soleil de plomb est difficile, mais le plus difficile c'est de voir que l'on ne peut pas faire ce qu'on doit faire : il fait beau mais les pluies diluviennes des jours précédents rendent les terres impraticables, on ne peut pas travailler le sol, semer On s'adapte, mais on revient souvent à des techniques très archaïques pour avancer tout de même le travail, on regarde, impuissants, l'herbe et les chardons qui reprennent le dessus, on se sent démunis. Mais le moral reste au beau fixe : tout ce travail nous donne l'énergie nécessaire pour tout faire entre deux averses !



Johann tuteur les pieds de tomate et enlève les gourmands

A L'HONNEUR CE TRIMESTRE : LES TOMATES

Les photos qui accompagnent cette présentation sont les tomates produites cette année aux jardins, dans l'ordre ou elles devraient arriver dans vos paniers...

La tomate : un peu d'histoire...

Découverte en 1519 par Cortès dans le **Golfe du Mexique**, la tomate était déjà consommée par les Aztèques, qui l'appelaient "tomati". Elle poussait alors à l'état sauvage. Les tomates ont été cultivées et consommées par les Espagnols et les Italiens (surnommées par ces derniers "pommes d'or", pomodori), il y a environ 400 ans. En France, elles furent d'abord cultivées comme **plantes d'ornement**. Aujourd'hui, la tomate est sans doute l'un des légumes les plus appréciés.



Tomate Green Zebra

Diversité des variétés de tomates

Il existe des **milliers de variétés** de tomates (environ 7 500), dont beaucoup anciennes et en provenance des pays chauds (Italie, Mexique, Etats-Unis). Les fruits, de forme ronde, ovoïde ou allongée, sont en général **rouges** mais les très nombreuses variétés offrent des curiosités inattendues de couleurs diverses : **jaune, orange, verte, noire, blanche**. De goût plus ou moins acide, certaines sont même légèrement sucrées

Tomate Paola



Riche en **eau** (93 à 95 %), la tomate ne renferme que de faibles quantités d'éléments énergétiques (environ 3 % de glucides, moins de 1 % de protéines, des traces de lipides). De ce fait, elle ne fournit guère plus de 15 kcalories aux 100 g.

Tomate Anéro

Intérêt nutritionnel et diététique

Peu énergétique, mais bien pourvue en vitamines et minéraux, la tomate fait partie des légumes à très haute densité nutritionnelle en ces substances. Pour 100

kcalories, elle fournit en effet : 93 mg de calcium, 73 mg de magnésium, 3,3 mg de fer, 0,9 mg de zinc; et 120 mg de vitamine C, 6,7 mg de vitamine E, 0,13 mg d'acide folique. Elle participe ainsi au bon équilibre nutritionnel de l'alimentation, que l'on souhaite aujourd'hui légère et pas trop calorique, certes, mais aussi bien pourvue en "élément de sécurité".

Que la tomate soit consommée en hors-d'œuvre de crudité, ou sous forme de jus, ses vertus apéritives sont appréciées : sa saveur acidulée stimule en effet les sécrétions digestives, et prépare à la bonne assimilation du repas.



Tomates St Pierre

Pour les savourer avec plaisir, retrouvez nos recettes de tomates dans ce magazine !



Tomates Delizia, Colibri et Premio

RECETTES DE LEGUMES D'ETE

TARTARE DE LEGUMES

2 tomates, 1 poivron jaune, 1 carotte
1 avocat, 4 petits oignons blancs avec tiges
10 radis, du persil, 2 cuillères de jus de citron
1 petite cuillère de vinaigre balsamique
4 cuillères à soupe d'huile d'olive, sel et poivre

Ébouillanter une minute les tomates, les peler et les épépiner. Peler la carotte et le poivron. Couper en petits dés tous les légumes, ainsi que les radis et l'avocat.

Nettoyer les oignons tiges et les émincer avec leurs tiges.

Dans un saladier, mélanger le jus de citron, le sel, le poivre et verser l'huile d'olive en fouettant.

Ajouter les légumes et mélanger. Vérifier l'assaisonnement et répartir ce tartare dans un cercle sur une assiette, décorer de brin de persil et de quelques gouttes de vinaigre balsamique.

SOUPE DE CONCOMBRES A LA MENTHE

2 Concombres, 200g de fromage blanc, 1cl d'eau
 $\frac{1}{4}$ de botte de menthe, piment d'Espelette
Sel, poivre

Effeuille la menthe en conservant quelques sommités pour la décoration, puis concasser grossièrement les feuilles. Conserver une partie du concombre pour la décoration et éplucher le reste. Fendre en 2 le concombre et récupérer les graines à l'aide d'une cuillère, le couper en tranches puis en dés.

Mixer dans le Blender le concombre, la menthe, le sel et le piment d'Espelette avec un fond d'eau. Ajouter le fromage blanc et mixer à nouveau rapidement pour ne pas qu'il tourne. Réserver au frais 15 min.

Réaliser quelques brochettes de cubes concombre et feuilles de menthe.

Dresser dans des verrines la soupe de concombre froide et décorer avec les brochettes.

CHARLOTTE AUX AUBERGINES

2 aubergines longues, 5 tomates bien mûres, 1 poivron rouge, 1 oignon doux, 1 CS de miel
1 CS de vinaigre de vin vieux, 125g de ricotta, Huile d'olive, Sel, poivre

Emincez les oignons et faites les revenir doucement dans 1 CS d'huile d'olive. Ils doivent devenir transparents sans blondir.

Ajouter le poivron coupé en dés.

Après 5 minutes ajouter les tomates coupées en dés, salez, poivrez. Laissez compoter jusqu'à ce que toute l'eau de végétation soit évaporée.

Pendant ce temps, couper les aubergines en tranches fines dans la longueur (utilisez si possible une mandoline pour que les tranches soient d'épaisseur identiques). Disposez les tranches sur une plaque en téflon, salez et enfournez à four chaud (170°C). Quand elles commencent à prendre coloration sortez les du four.

Ajoutez le vinaigre puis le miel à la compote de tomate aux poivrons.

Débutez le montage de la charlotte. Dans un caquelon, disposez les tranches d'aubergines dans le fond et sur le bord du caquelon et faites-les déborder légèrement.

Versez la compote de tomate sur les aubergines puis disposez la ricotta sur le dessus. Refermez les tranches d'aubergines pour recouvrir l'ensemble. Arrosez d'un peu d'huile d'olive.

Enfournez pour 45 minutes environ. Il ne doit plus y avoir d'eau de végétation apparente dans le caquelon ce qui indique que les aubergines sont cuites. La charlotte doit être bien caramélisée.

Servez chaud en accompagnement d'une escalope de veau par exemple.



LE COIN DE LAURENCE, L'ANIMATRICE RESEAU D'ADHERENTS

ASTUCES SUR LES LEGUMES



Vous avez été nombreux à participer à notre jeux-concours du trimestre dernier. Nous avons sélectionné quelques-unes des astuces qui ont été envoyées pour vous en faire profiter.

L'astuce de Marie Costes a été sélectionnée par notre jury. Elle a donc gagné le lot « Orchidée » d'une valeur de 50€ offert par Indoor Garden Montauban, également point de dépôt des jardins.

Marie Costes notre gagnante et **Stéphanie Bannino**, Directrice des Jardins

Pour couper un oignon sans pleurer :

- Prenez un demi-verre d'eau.
- Prenez l'eau en bouche, mais ne l'avalez pas !
- Garder l'eau en bouche tout en épluchant l'oignon.
- Garanti sans pleurs !

Ou se mouiller les mains avant

Garder les haricots verts bien verts

Avant de les tremper dans l'eau de cuisson, ajoutez quelques cuillères à café de bicarbonate de soude. Vous verrez vous aurez des haricots verts bien colorés

Peler un avocat :

Passez l'avocat sous l'eau très chaude 1mn ou plonger les avocats dans l'eau chaude. Vous serez surpris de voir avec quelle facilité la peau s'enlève.

Pour faire mûrir rapidement les avocats, laissez-les à température ambiante, enveloppés individuellement dans du papier journal.

Ou enfermez l'avocat dans un sac plastique avec une pomme ou une banane bien mûre puis laissez à température ambiante

Raviver une salade fanée

Trempez la salade dans un bain d'eau tiède, puis rincez-la aussitôt à l'eau froide. Essorez puis laissez-la 30 minutes au réfrigérateur.

Les légumes blancs resteront très blancs si on ajoute à l'eau de cuisson un filet de vinaigre blanc.

Le jus de citron est également très efficace pour blanchir les légumes blancs.

Pour conserver le craquant et la couleur des légumes quand on les cuit, il faut les laisser quelques minutes dans une casserole d'eau bouillante (le temps peut être différent selon le légume), les sortir pour les tremper aussitôt dans un saladier rempli d'eau très froide additionnée de quelques glaçons.

Prenez soin d'envelopper vos melons dans un film alimentaire transparent avant de le mettre dans le réfrigérateur. Ainsi les aliments n'en prendront pas le goût

Pour éviter le développement de germes sur les pommes de terre, mettez quelques pommes fruits dans leur bac de conservation.

HUMOUR DE JARDINIER

Tu as vu tous ces gens en rang d'oignons devant le cinéma ?

Ils font le poireau pour voir un navet !

Arrête tes salades, j'irais bien voir ce film mais je n'ai pas un radis !

Vous avez besoin de légumes
Ils ont besoin d'un travail :
Ensemble, cultivons la solidarité

NOUVEAUX DEPOTS

Nous cherchons un nouveau dépôt pour Moissac le mardi, vous êtes vous-même intéressé ou vous connaissez des personnes susceptibles de l'être, merci de nous donner leurs coordonnées, nous les contacterons.

Dorénavant, les jardins de Labastide livrent leurs paniers sur Toulouse. Une entreprise nous a déjà contactés pour une livraison directement dans ses locaux à destination de son personnel. Merci à notre adhérent pour cette mise en relation.

Si vous aussi vous souhaitez recevoir votre panier de légumes bio dans votre entreprise, contactez Laurence au 06.19.27.13.19 ou par mail à communication.lesjardinslsp@hotmail.fr

JOURNEE PORTES OUVERTES

Le Dimanche 8 septembre, les jardins de Labastide Saint Pierre ouvriront leurs portes.

Venez en famille aux jardins : visite des jardins, animations, petite restauration, jeux-concours ...

Les Portes ouvertes se dérouleront de 14h à 18h, sur le site des jardins, 1460 Chemin de Lauzard à Labastide Saint Pierre. Une occasion de venir découvrir nos serres, nos cultures, notre site... Pour les enfants, une visite ludique pour découvrir les légumes tout en s'amusant !

Parlez-en autour de vous !

PORTES OUVERTES

Aux Jardins de Labastide St Pierre
Dimanche 8 Septembre 2013

De 14h à 18h

Venez partager
un moment agréable



Visite des jardins
Jeux concours
Petite restauration
Dégustation
Vente de légumes bio



Pour tout renseignement, contacter
laurence au 06.18.27.13.19

UN GESTE SOLIDAIRE

Les jardins de Labastide Saint Pierre, ce sont des légumes bio mais aussi des emplois et des parcours de réinsertion.

L'association accueille 15 personnes qui très régulièrement, sont en recherche de formations, de stages en entreprise, et même d'emploi. Au delà de votre panier hebdomadaire de légumes bio, vous pouvez proposer aux jardins d'accueillir en stage, sur votre entreprise, des salariés, ou parrainer un salarié dans ses recherches d'emploi. Un petit coup de pouce supplémentaire.

Pour tout renseignement complémentaire, vous pouvez joindre Laurence à l'association, ou proposer des lieux de stage ou d'emploi par email à communication.lesjardinslsp@hotmail.fr

DES PARTENAIRES TRES GENEREUX

Le début de l'année 2013 a été marqué par le soutien de plusieurs entreprises et fondations. Nous avons tenu à les remercier à travers ce magazine. Grâce à eux, de nouveaux projets ont pu voir le jour, et leur soutien est indispensable à la vie des jardins. Petit focus sur les différents soutiens de ce premier semestre 2013.



Un grand merci à la **fondation VEOLIA** qui nous avait apporté son soutien en 2012 pour le financement du système

d'irrigation. Le solde de la subvention d'un montant total de 14 000€ a été versé début 2013 et a permis à l'association de prendre un grand bol d'air alors qu'elle était victime du vol de son tracteur.

JM Bruneau, déjà partenaire des jardins en 2011 lors du démarrage de l'activité, nous a à nouveau apporté son soutien par l'octroi d'une subvention de 5 000€.

Cette aide permettra de financer du matériel agricole tracté et ainsi adapter notre parc de matériel à notre activité et notre sol.



et d'échange, en présence de Mr MARTY, notre Conseiller Général.

La FAPE, Fondation Agir Pour l'Emploi, a pour objectif de contribuer au développement de l'emploi et de favoriser l'insertion professionnelle et sociale des personnes en difficulté. Elle exprime la solidarité des salariés et retraités des groupes EDF et GDF Suez avec les demandeurs d'emploi, puisque ce sont eux qui financent en partie la fondation. La FAPE a financé les jardins de Labastide Saint Pierre pour un montant de 15 000€.

Le Crédit Mutuel du Pont de Chaumes a remis à l'association en mai dernier un chèque de 1 000€ suite à la participation de l'association à un concours ouvert aux associations de Midi-Pyrénées. Le chèque remis par le Président et le Directeur de cette jeune agence, en présence de son personnel, a donné un bon coup de « pousse » à l'association.



GRDF recycle ses anciens véhicules ! Dans un esprit d'insertion et de solidarité, GRDF fait réformer certains de ses véhicules par APREVA, un chantier d'insertion Lot et Garonnais, et les offre ensuite à des structures d'insertion. Nos jardins, en difficulté depuis le vol du véhicule de livraison fin 2012, ont sollicité GRDF pour un don de véhicule et c'est autour d'un verre que ce véhicule a été remis à l'association fin juin. Un moment convivial



ENQUETE DE SATISFACTION

Chaque année depuis la création des jardins, nous pratiquons une enquête de satisfaction auprès de nos adhérents. Ces enquêtes nous permettent d'être au plus près des attentes des adhérents consommateurs et donc d'améliorer notre service de paniers de légumes.

Nous vous proposons cette année de répondre à cette enquête en ligne. Pour y répondre, rien de plus simple : suivez ce lien :

<https://docs.google.com/forms/d/1XN8rYzEUD9zRZUASR0FfikriggbDOvc8aUEhHHF6JjM/viewform>



Pourpier

Les 10 premières personnes à répondre bénéficieront d'un petit cadeau dans leur panier de légumes.

Certains d'entre vous ont bénéficié à titre d'essai de pourpier dans l'un de leur panier récemment distribué. Profitez de cette enquête de satisfaction pour nous dire si vous avez apprécié ce mets, ainsi que nous donner votre avis sur les autres légumes, la formule panier, les produits complémentaire ou nous faire tout autre remarque qui pourrait nous aider à nous améliorer.

LES RICHESSES DE LA TERRE : UN PARTENAIRE INCONTOURNABLE !



Les Richesses de la Terre, c'est surtout un concept. Eric SCHIEVENE, à la tête de cette entité, est toujours en recherche de nouvelles idées pour développer son activité.

Eric, c'est tout d'abord un maraicher, qui s'est spécialisé dans certaines cultures (notamment les tomates et les salades) et qui a eu l'idée de créer les Richesses de la Terre, un commerce de proximité qui vend des produits, plutôt locaux. Et c'est tout naturellement qu'il a proposé de créer un rayon bio dans son magasin avec les légumes

de nos jardins.

Loin d'être à court d'idée, il accueille aussi, dans ses locaux, les ateliers « de la graine à l'assiette », des cours de cuisine animés par des chefs cuisiniers de Montauban, et utilisant les produits du terroir. Le premier atelier, animé par Anne Alassane, avait d'ailleurs mis valeur nos légumes.



Son expérience, Eric en fait profiter. Il est formateur et anime, sur sa propre exploitation, des formations en maraichage. C'est d'ailleurs lui qui a en partie formé Martine et Momo lors de leur formation (cf. article ci-dessus), et accueille régulièrement des salariés des jardins en immersion.

Retrouvez nos légumes en vente aux richesses de la Terre, ou sublimentez les le temps d'un atelier de cuisine avec un grand chef, au 1110 route de Saint Nauphary à Montauban.

NOS PRODUITS COMPLEMENTAIRES

Les Jardins de Labastide Saint Pierre ont développé des partenariats avec des producteurs bio locaux pour vous proposer des produits complémentaires à vos paniers de légumes.

Nous vous proposons, sur commande :



Des œufs bio
X6 : 1,70 €
X12 : 3,10 €

De la galantine de poulet (marbré)
En verrine de 200g : 5,00 €



De l'huile de tournesol
à 4,50 € le litre

Du petit épeautre précuit :
1 Kg à 4,50 €
500 g à 2,40 €



De la farine de blé T65/T80/T110
10 kg à 15,00 €
5 Kg à 9,00 €
1 Kg à 2,00 €

De la farine de petit épeautre
5 Kg à 17,50 €
1 Kg à 4,50 €



Des pâtes sèches
(nouilles, coquillages ou torsades)
1,70 € les 250 g
2,25 € les 500 g
2,00 € les 400 g

De la gelée de groseilles :
3,80€ le pot de 375g

Passer votre commande par email à communication.lesjardinslsp@hotmail.fr ou par téléphone au 06.18.27.13.19 avant le mardi 17h pour une livraison dans votre prochain panier de légumes.

Les produits complémentaires seront ajoutés à votre panier

Retrouvez le prochain numéro de l'écho des jardins en octobre 2013

Ont participé à l'écriture de ce magazine : Amélie, Pascal, Martine, Laurence.