



Les jardins de Longecourt

# Semaine du 24 mars

## PETIT PANIER

POIREAUX  
COURGETRANCHE  
PDT  
NAVET  
ENDIVE  
CHOU

## GRAND PANIER

POIREAUX  
COURGETRANCHE  
PDT  
NAVET  
ENDIVE  
CHOU ET PERSIL BOTTE

---

## POELEE PDT NAVET

Les poêlées de légumes sont un excellent choix pour un plat savoureux et équilibré. Voici une recette simple de poêlée de pommes de terre et navets.

Dans votre panier il vous faut 500 g de pommes de terre 3 navets en plus: 1 oignon 2 cuillères à soupe d'huile d'olive Sel et poivre Herbes de Provence (facultatif)

Épluchez et coupez les pommes de terre et les navets en petits dés.

Émincez l'oignon.

Dans une grande poêle, faites chauffer l'huile d'olive à feu moyen.

Ajoutez l'oignon émincé et faites-le revenir jusqu'à ce qu'il soit translucide.

Ajoutez les dés de pommes de terre et de navets dans la poêle, et assaisonnez avec du sel, du poivre, et éventuellement des herbes de Provence.

Faites cuire à feu moyen en remuant régulièrement pendant environ 25-30 minutes, jusqu'à ce que les légumes soient tendres et dorés.

Bonne dégustation!