CERTIFIÉ AB AGRICULTURE BIOLOGIQUE

Semaine du 5 mai

Frais, local et bio
Les jardins de Longecourt

petit panier

salade
blette
carotte
radis violet
oignon botte
navet primeur
poireaux

grand panier

salade
blette
carotte
radis violet
oignon botte
navet primeur
poireaux chou endive

carotte blette façon carbo

Dans votre panier, il vous faut la moitié de oignons, des carottes, et des blettes.
En plus des lardons, de la crème et du cumin
(et du riz pour une version complète)
Éplucher, laver les oignons, couper les avec le vert.
Laver, éplucher les carottes, couper en rondelles fines.
Laver, égoutter les blettes, couper en fines lanières.
Dans le wok ou une sauteuse, faire fondre le beurre, ajouter les oignons et les lardons. Cuire 2-3 minutes puis ajouter les carottes, mélanger et ajouter les blettes. Ajouter de l'eau et la crème, le cumin et assaisonner. Mélanger et cuire pendant 15 minutes. Goûter et rectifier l'assaisonnement.
Servir aussitôt avec un riz blanc
Bonne cuisine!