

PANIER DE LEGUMES DE LA FERME DES 4 SAISONS

PANIER 10€ du 01 février au 10 février 2023

- ✓ 500gr ENDIVES
- ✓ 500GR POIREAUX
- ✓ 500GR POMME DE TERRE
- ✓ 500GR de CAROTTES
- ✓ 500GR DE POMME A CUIRE
- ✓ 4 OIGNONS
- ✓ 250GR LENTILLES



ferme des 4 saisons

LES PANIERS SONT COMPOSES DE LEGUMES DE NOTRE PRODUCTION
www.ferme-des-4saisons.fr

les commandes sont à m'envoyer par sms ou mail pour un retrait le mercredi de 14h à 19h en magasin ,le vendredi de 14h à 19h ou le samedi de 9h30a 13h en magasin coordonnées 0623809475 ou ferme-des-quatre-saisons@orange.fr

Pommes au four façon mamie

Très facile ET Bon marché

Ingrédients : 4personnes : 4 noisettes de beurre + pour le moule + 100 g de sucre en poudre (ou cassonade) +4 pommes (variété canada ou boscoop) +4 biscottes

1) Préchauffer le four à 220°C.

2) Evider le coeur des pommes à l'aide d'un vide-pomme (enlever le trognon), pas besoin de les peler.

•3) beurrer le plat et déposer les biscottes. Poser les pommes sur les biscottes, remplir le coeur des pommes de beurre et saupoudrer largement de sucre et mettre au four pendant 25 à 30 mn.

LENTILLES BELUGA

Ces lentilles ont un léger gout de marron et leur couleur fait un très bel effet sur la table... Optez pour ce bon plat bien simple!

200 g de lentilles beluga + 1 [oignon](#) +eau+ bouillon cube (3/4 L environ) +Une feuille de laurier +[Huile d'olive](#) +Sel, [poivre](#)

1. Peler et hacher l'oignon. Dans une casserole faire revenir l'oignon dans un filet d'huile d'olive

• Ajouter les lentilles et remuer pour bien les enrober d'huile

• Ajouter le bouillon bouillant et le laurier en couvrant à niveau. Laisser sur feu doux jusqu'à complète cuisson des lentilles . Ajoutez sel et poivre

•vous pouvez ajouter à la cuisson des lentilles des lardons fumés ou des saucisses fumés dans ce cas ne pas rajouter de sel .