



Salade de fêta, tomates et oignons rouges

Pour 6 personnes

- 5 tomates
- 3 oignons rouges
- 150 g d'olives noires dénoyautées
- 250 g fêta
- 1 c. à café d'herbes de Provence
- 6 c. à soupe d'huile d'olive
- 2 c. à soupe de vinaigre
- sel, poivre

Lavez les tomates, coupez-les en petits morceaux et mettez-les dans un saladier.

Épluchez et émincez les oignons, ajoutez-les dans le saladier.

Mélangez bien.

Coupez la fêta en petits dés.

Fouettez à la fourchette le vinaigre avec l'huile d'olive, sel et poivre. Versez cette sauce sur la salade et mélangez.

Répartissez la salade dans les assiettes.

Ajoutez les olives et les dés de fêta, parsemez d'herbes de Provence et servez aussitôt.

Recette issue de : <http://www.cuisineaz.com/>

Ce numéro a été conçu par l'ensemble de l'équipe du **Jardin de Cocagne Nantais**

Vieille Ville - 44 483 Carquefou cedex
 tél : 02 40 68 91 67 - e-mail : jdcnantais@orange.fr

*Les brèves
du Jardin*

Année 2011 - semaine 31
 mardi 2 août

Sangliers...

Petite semaine : seulement **53% des adhérents-es** cette semaine, et beaucoup de reports pour livrer les légumes qui poussent et vous remplacer vos paniers d'absences. **Marianne** (directrice) et **Thomas** (encadrant) **sont en vacances pour 15 jours.**

Florence vient de rejoindre l'équipe de jardiniers-es salariés-es. Nous lui souhaitons la bienvenue.

Des sangliers piétinent nos légumes (choux, carottes...). Il y en aurait une trentaine sur un petit périmètre dont fait partie le jardin.

Les oignons rouges se mangent crus en salades ou revenus rapidement dans l'huile. Et surtout ne jetez pas leurs fanes, mangez-les !

Courgettes, vous pouvez aussi les manger crues, râpées ou en rondelles avec une vinaigrette et de la fêta par exemple.

Tomates à coulis, c'est parti... Nous les vendons à **1€50 le kilo !**



Cette semaine dans votre panier

	Unité	1/2 panier (qt en unité)	Panier (qt en unité)
Concombre	pièce		1
Courgette	kg	0.4	0.5
Oignon rouge	botte	1	1
Poivron	kg	0.4	0.5
Radis	botte		1
Tomate	kg	1	1.75
Prix panier		7 euros	12 euros

Les légumes sont produits selon le respect du mode d'agriculture biologique (certifié par ecocert189302P) sur le Jardin de Cocagne Nantais.