

HISTOIRE DE PANIER DU 19 SEPTEMBRE 2019

Bonjour les amapiennes et amapiens,

Ce bel été indien inspire vraiment nos amis jardiniers et ils nous font voyager vers d'autres contrées.

Que diriez vous d'aller en Asie et de découvrir toutes ces sortes de choux et leur si surprenante médecine chinoise tirée de simples plantes de la nature nous offre.

Alors partons !

Voici les différents paniers ce jeudi, en pièces jointes

- ✓ les grands paniers de Pascal (13.6 U)
- ✓ Les moyens paniers de Jérôme (10.6 U)
- ✓ Les petits paniers de Sarah (la pomme de Sarah trop mûre a dû rouler au fond du camion.... et s'est bien cachée, vous n'aurez qu'un petit papier) (6.1 U)

Les différents choux chinois :

- Les PET-SAÏ : en forme de grosse endive,
- Les PAK CHOÏ: en forme de blette.

Les chanceux des paniers de Jérôme auront aussi des Choux KALE , l'un des 10 aliments les plus nutritifs (anti-vieillesse, anti-cholestérol, antioxydant, légume minceur et pour cure de détox! oui tout cela dans un seul légume!!! pour garder toutes ses qualités on peut le consommer cru ou en jus, mais aussi à la vapeur ou au wok.

et pour finir notre tour d'Asie, pourquoi pas une tisane d' AGASTACHE, plante aromatique , grande plante de la médecine chinoise, avec ses épis tout doux avec un gout de menthe. Elle peut aussi très bien agrémenter vos salades.

Merci encore à nos jardiniers pour toutes ces découvertes.

Noubliez pas notre GRANDE FETE d'agriculture paysanne à la ferme de l'Epigny le dimanche 29 septembre à partir de 10 h.!!

Petit rappel !!! Il a été très compliqué de faire les conditionnements de paniers..... faute de sacs papiers!!!
Pensez donc à ramener des sacs MOYENS et GRANDS mais plus de petits et de sacs à baguettes car inutilisables.... MERCI

Alors à très bientôt en attendant de nouvelles découvertes de nos jardiniers préférés...

Joëlle