

De: Legumes Amaplacesurlaterre legumes.amaplacesurlaterre@gmail.com 
Objet: Fwd: Histoire de grands paniers
Date: 8 octobre 2021 à 18:35
À: undisclosed-recipients;;
CCi: veronique.trappier@orange.fr

L

HISTOIRE DE GRANDS PANIERS DU JEUDI 7 OCTOBRE

Ce jeudi, choix entre **CARDONS** et **TOMATES** dans les paniers.

Le cardon est un cardon "*Argenté de Plainpalais*", une variété genevoise.

À l'époque des Huguenots, les graines arrivèrent à Genève. Maintenant, le cardon est une "religion" à Genève.

Cardon "*Argenté de Plainpalais*"



En légume nouveau cette semaine, nous avons le **TOPINAMBOUR**,

Antioxydant, riche en fibres, il facilite le transit intestinal, mais peut augmenter les risques de flatulences dues à sa fermentation. Pour les personnes sensibles, ajouter une petite cuillère de bicarbonate de soude à l'eau de cuisson.

Nous en trouverons encore la semaine prochaine dans nos paniers !





À nouveau de belles **SALADES**, avec la **FRISÉE** qui nécessite des soins particuliers : on dépose au-dessus de chaque salade une coupole blanche pour blanchir le cœur.



Difficile d'imaginer tout le travail que représentent les jardins.....
Lundi à Lépnigny et mercredi aux Plagnes, **PERSONNE** n'est venu aider dans les jardins.
POURTANT, il reste bien du travail pour récolter les **POIREAUX**, les **RADIS VERTS**, les **NAVETS**, etc.....
De plus, le gel arrive et inquiète les jardiniers. Espérons qu'il voudra bien attendre encore quelques semaines... 😊

Alors, à bientôt dans les jardins ! Portez-vous bien et bon week-end !
Amitiés amabiennes

L'équipe légumes



<https://amaplacesurlaterre.fr/> pour retrouver les contrats, les histoires des paniers, le tableau des unités distribuées
[Page Facebook](#)