

Le bon Jour

Jeudi 15 décembre



Les produits



En direct des producteurs
100% Bio & Locaux

- **Salade, Céleri Branche,** de Michel Seimandi à Ventabren
- **Courge Muscade, Navet,** de Helga Girard à la Brillanne
- **Carotte, Pomme de Terre,** de Frédéric Guichard à Lambesc
- **Poire William Verte,** de Loïc Popioleck à Sauveterre
- **Noix,** de Claude Girousse à Montmorin
- **Clémentine,** de Patrick Berghman à San Nicolao

Tous les 13 paniers vous pouvez bénéficier d'un panier à -50%. Pensez à nous le demander si vous le désirez.

La Folie !

Produits coup de coeur ou coup de pouce aux producteurs, proposé chaque semaine à un prix « materrecédingue » spécial consomm'acteur !

6 Kiwis 1.50 €

de Patrick Berghman à San Nicolao

Les nouvelles des champs

...Derniers paniers Ma Terre

Le 16 décembre 2016...

Les **Boutiques** à Aix et Marseille restent **OUVERTES**

Petit truc :

Bien lavée et essorée, la salade se conserve dans un sac hermétique au réfrigérateur une semaine.



Les recettes du jour



VELOUTÉ DE COURGE MUSCADE À LA FOURME D'AMBERT :

Coupez égrainez épluchez votre courge muscade, faites cuire les gros cubes de chair dans l'eau légèrement salée environ 15 mn. Mixez après avoir jeté en partie l'eau de cuisson, pour obtenir une soupe onctueuse pas trop liquide. Dans une casserole à part faites fondre la fourme d'ambert coupée en petits dés dans de la crème fraîche épaisse, ajoutez la crème obtenue à votre soupe mixée, ajustez le sel, un tour de moulin de poivre noir.

GATEAU AUX NOIX: Mélanger 2 oeufs et 20 cl crème fraîche. Ajouter 1 pot de sucre (le pot de crème fraîche sert de mesure) Ajouter un pot de farine après y avoir incorporé un sachet de levure chimique. Ajoutez 1 pot de noix concassées, une pincée de sel. Mélangez le tout. Versez dans un moule à manquer 22/26cm Cuire au four 45 mn à thermostat 6/7. Décorez éventuellement avec des cerneaux de noix. Délicieux aussi nappé de chocolat noir fondu. Les noix peuvent être remplacées par des amandes ou des noisettes.

FEUILLE DE BRICK EN AUMONIERE À LA CLEMENTINE :

Préparer un caramel roux en portant à ébullition 200g de sucre et 2 CàS d'eau . Eplucher 6 clémentines en quartiers puis les poêler rapidement avec du beurre et 1 sachet de sucre vanillé, jusqu'à ce qu'elles colorent légèrement. Verser 6cl de Grand Marnier attendre que l'alcool chauffe puis flamber les clémentines. Préchauffer le four à 180°. Egoutter les clémentines. Former des aumônieres en disposant 5 à 6 quartiers au centre de 2 feuilles de brick posées l'une sur l'autre et enduites de beurre fondu. Arroser d'un filet de caramel puis refermer les feuilles en aumônier. Ficeler et mettre au four 5 mn jusqu'à ce que ca colore. Servir avec le reste des clémentines autour.

POIRE AU VIN : Lavez pelez vos poires. Dans une grande casserole, arrosez-les d'un verre vin rouge, jusqu'à 1 tiers des poires, 4 CàS de sucre, 1 CàC de cannelle, 2 clous de girofle, 1 gousse de vanille, cuire 20-30 mn à feu doux. Servez frais avec le sirop de cuisson.

Et pour compléter votre prochain panier



CRÈMERIE, MIEL ET CONFITURES

HUILES

BOULANGERIE ET CÉRÉALES

FRUITS & LÉGUMES AU DÉTAIL

BOISSONS

Et bien sûr LA FOLIE DU JOUR



4 rue Pierre de Coubertin - 13100 Aix-en-Provence
04 42 26 83 65

www.materre.net

