

contenu des paquets

sous réserve de modifications éventuelles

Petit panier de légumes:

Panais: de Lochting
Carottes: Belgique
Chicon: zeelandtrade
Chou chinois: Belgique
Fenouil: Italy

Grand panier de légumes:

Poireau: de Lochting
Carottes: Belgique
Chicon: zeelandtrade
Chou blanc : Inagro
Chou fleur: Bretagne
Fenouil: Italy

Panier mixte 1 personne:

Chicon: zeelandtrade
Chou blanc: Inagro
Chou fleur: Bretagne
Scorsenère: Les Pays Bas
Fenouil: Italy
Pamplemousse blanc: Italy
Bananes: Dom. Rép.

Panier mixte:

Poireau: de Lochting
Betterave rouge: de Lochting
Chicon: zeelandtrade
Céleri rave: het zilverleen
Chou fleur: Bretagne
Pamplemousse blanc: Italy
Bananes: Rép. Dom.

Panier de fruits:

Pamplemousse blanc: Italy
Mandarine: Italy
Orange: Italy
Poire conference: La Belgique

Pomme de terre Agria:

5 kg: 5.17€

Oignon: 3 kg: 3.85€

**Tout est d'origine
biologique contrôlée**

Les différentes graines

A côté des préoccupations et développements actuels concernant les droits de propriété des graines, le fermier bio se trouve au début de chaque an devant le choix des graines. Ce choix est déterminé tant par des arguments idéologiques que pratiques. Et ces arguments ne sont pas toujours compatibles.

Prenons l'exemple du persil tubéreux. La législation nous impose l'emploi de graines biologiquement cultivées, parce qu'elles ne sont disponibles que chez un seul distributeur. Un autre distributeur vous offre des graines non désinfectées (« NCB ») : cela signifie que les graines ont été cultivées de manière conventionnelle, mais qu'elles ne sont pas traitées chimiquement contre par exemple des fontes de semis. En outre, ces graines sont aussi « primées », ce qui signifie que le processus de germination est activé, ce qui réduit le temps entre la semence et l'apparition de la plante.

Le succès des « pesticides mécaniques » dépend en grande partie de l'apparition rapide et uniforme des graines. Ceci est d'autant plus vrai pour le persil tubéreux, vu que le temps d'apparition pour des graines « primées » s'élève vite à 3 semaines. Heureusement, la législation a prévu des exceptions : dans ce cas, il nous est permis de semer également des semences non désinfectées, en raison d'une dispersion des risques. Voilà notre choix de cette année : une partie de graines bio, mais aussi une partie de NCB.

Nos nouvelles de Biobello porteront encore le nom de Julienne jusqu' à épuisement du stock.

Des chicons à la flamande

Ingrédients pour 2 personnes

4 chicons de pleine terre
3 pommes de terre
4 œufs
250g de beurre
1 botte de persil
Du poivre – du sel – de la noix muscade

Préparation

Eplucher les pommes de terre et les couper en grands morceaux. Cuire les pommes de terre à l'eau salée.

Couper les deux bouts des chicons. Enlever les feuilles extérieures et le noyau dur. Beurrer le fond et les bords d'une casserole. Mettre les chicons dans la casserole et assaisonner de poivre, de sel et de noix muscade. Ajouter peu à peu de l'eau aux chicons. Couvrir de papier cuisson et du couvercle et laisser mijoter à feu doux.

Mettre 200g de beurre dans une petite casserole et chauffer lentement à feu doux, jusqu'à ce que les impuretés montent à la surface et que les solides du lait se manifestent en bas. Attention que le beurre ne brûle pas ! Ecumer la surface.

Porter de l'eau salée à ébullition. Y cuire les œufs pendant dix minutes et les rincer sous l'eau froide. Peler les œufs et les écraser à la fourchette. Assaisonner de poivre, de sel et de noix muscade.

Hacher le persil et l'ajouter aux œufs écrasés. Verser le beurre dans le mélange d'œufs, mais attention que les solides de lait ne s'y ajoutent pas. Bien mélanger le tout et chauffer encore légèrement.

Service : Etaler 2 chicons par personne sur une assiette. Mettre quelques pommes de terre cuites à côté et dresser le mélange d'œufs sur les chicons.

Source : le chef Johan Segers

