

Voici la composition des paniers de la ferme avec qui nous travaillerons cet été. Veuillez noter que l'exemple comporte 20 semaines de distribution sur une saison puisque cette ferme offre des paniers hebdomadaires. Nous gardons notre offre aux deux semaines, mais ça donne une idée de la composition des paniers et de leur diversité.

* Important de noter que chaque saison est différente et que la composition des paniers peut changer d'une saison à l'autre!!

Paniers de La Récolte de la Rouge pour la saison 2023	20 paniers hebdomadaires de début juin à fin octobre	Prix des paniers Gros panier: 46\$ Petit panier: 29\$	La Coopérative fera 10 distributions (de début juin à fin octobre).
Composition du panier selon la semaine	Petit panier	Gros panier	
Semaine #1	5 concombres libanais de la serre 1 botte d'asperges de la Ferme Aux Pleines Saveurs, à Saint-André-Avellin Choisir 1 item : Panier de mini bok choy ou botte de radis Choisir 1 item : 1 sac de mesclun de laitues (lavé) ou 1 sac de roquette (non-lavée) 1 botte de navets japonais 1 botte d'ail de printemps	7 concombres libanais de la serre 2 bottes d'asperges de la Ferme Aux Pleines Saveurs, à Saint-André-Avellin Choisir 2 items : Panier de mini bok choy ou botte de radis 1 grosse laitue Choisir 2 items : sac de mesclun de laitues (lavé) ou sac de roquette (non-lavée) 1 botte de navets japonais 1 botte d'ail de printemps	
Semaine #2	1 botte de radis ou ail de printemps 1 botte d'oignons verts ou 3 boks choï 1 botte de mizuna verte ou rouge 1 grosse laitue frisée 3 concombres libanais 1 sac (150g) de mesclun de laitue ou d'épinard 1 pot de confiture de fraises (nos fraises)	2 choix : botte de radis ou ail de printemps 2 choix : botte d'oignons verts ou 3 boks choï 2 bottes de mizuna verte ou rouge 2 grosses laitues frisées 6 concombres libanais 2 choix : sac (150g) de mesclun de laitue ou d'épinard 1 pot de confiture de fraises (nos fraises)	

Semaine #3	<p>2 litres de fraises 1 portion de champignons bio cultivés par nos amis de Violon et champignon . Profitez-en pour vous inscrire à leurs formations sur la cueillette ou la production de champignons. C'est fascinant! Pour ceux-celles qui n'aiment pas les champis, vous pourrez choisir un sac de mesclun à la place. Choisir 1 item : 1 botte de kale ou 1 grosse laitue Choisir 1 item : 1 botte d'oignons verts ou 1 botte de radis 2 concombres libanais 1 botte de navets japonais</p>	<p>3 L de fraises 1 portion de champignons bio cultivés par nos amis de Violon et champignon. Profitez-en pour vous inscrire à leurs formations sur la cueillette ou la production de champignons. C'est fascinant! Pour ceux-celles qui n'aiment pas les champis, vous pourrez choisir un sac de mesclun à la place. Choisir 2 items : 1 botte de kale et-ou 1 grosse laitue Choisir 2 items : oignons verts ou radis 4 concombres libanais 1 bunch de navets japonais</p>	
Semaine #4	<p>1 portion de tomates cerises de serre Choisir 1 item : roquette ou mini kale Choisir 1 item : bette à carde ou laitue 1 bouquet de fleurs d'ail 4 concombres libanais Choisir 1 item : oignons verts ou radis ou choux-raves 1 L de fraises</p>	<p>2 portions de tomates de serre (cerises ou grosses) Choisir 2 items : roquette ou mini kale Choisir 2 items : bette à carde ou laitue 2 bouquets de fleurs d'ail 6 concombres libanais Choisir 1 item : oignons verts ou radis ou choux-raves 2 L de fraises</p>	
Semaine #5	<p>1 laitue ou 1 sac de mini kale 1 L de fraises ou une chopine de camerises (à valider selon l'arrivage) 4 concombres libanais 1 barquette de tomates 1 brocoli 1 bunch d'haricots romanos 1 chopine de tomates cerises</p>	<p>Choisir 2 items : laitue ou sac de mini kale Choisir 2 items : 1L de fraises ou une chopine de camerises (à valider selon l'arrivage) 7 concombres libanais 1 barquette de tomates 1 brocoli 2 bunchs d'haricots romanos 1 chopine de tomates cerises</p>	
Semaine #6	<p>4 courgettes Choisir 1 item : chou d'été vert ou chou napa Choisir 1 item : 4 concombres libanais ou navets japonais Choisir 1 item : mesclun de laitue ou brocoli Choisir 1 item : laitue, oignons ou fleur d'ail 1 chopine de tomates cerises 1 chopine de grosses tomates</p>	<p>6 courgettes Choisir 2 items : chou d'été vert ou chou napa Choisir 2 items : 5 concombres libanais ou navets japonais Choisir 2 items : mesclun de laitue ou brocoli Choisir 1 item : laitue, oignons ou fleur d'ail 1 chopine de tomates cerises 2 chopines de grosses tomates</p>	
Semaine #7	<p>1 grosse chopine de tomates 1 bunch de carottes Choisir 1 item : kale, bette à carde ou laitue Choisir 1 item : petits choux-raves (2) ou brocoli Choisir 1 item : 3 concombres de champ ou 3 courgettes 4 concombres libanais Choisir 1 item : Chou napa ou fenouil ou 2 boks choi</p>	<p>2 grosses chopines de tomates 1 bunch de carottes Choisir 2 items : kale, bette à carde ou laitue Choisir 2 items : petits choux-raves (2) ou brocoli Choisir 2 items : 3 concombres de champ ou 3 courgettes 4 concombres libanais Choisir 2 items : Chou napa ou fenouil ou 2 boks choi 1 petite barquette de bleuets</p>	

Semaine #8	<p>Betteraves de la ferme Les Jardins de la Fourchette ou de la ferme Aux Petits Oignons Concombres et/ou courgettes x 4 Choisir 1 item : mesclun de laitues ou grosse laitue Grosse portion de tomates 1 botte de radis Choisir 1 item : haricots romanos ou tomates cerises Basilic 2 concombres libanais</p>	<p>Betteraves de la ferme Les Jardins de la Fourchette ou de la ferme Aux Petits Oignons Concombres et/ou courgettes x 6 Choisir 2 items : mesclun de laitues ou grosse laitue Grosse portion de tomates 1 botte de radis Choisir 2 items : haricots romanos ou tomates cerises Basilic 5 concombres libanais 1 petite chopine de bleuets</p>
Semaine #9	<p>1 bunch de carottes Choisir 1 item : oignons perlés ou laitue Choisir 4 unités : Concombres ou courgettes Choisir 1 item : navets japonais ou mesclun de laitues Grosse chopine de tomates (600g) 1 petite chopine de bleuets de la ferme La Giroflée 1 bunch de brocolonis ou tomates cerises Basilic en extra, ne fait pas partie du panier, servez-vous!</p>	<p>1 bunch de carottes Choisir 2 items : oignons perlés ou laitue Choisir 6 unités : Concombres ou courgettes Choisir 2 items : navets japonais ou mesclun de laitues Grosse chopine de tomates (600g) 2 petites chopine de bleuets de la ferme La Giroflée et de la Récolte de la Rouge Choisir 2 items : bunch de brocolonis ou tomates cerises Basilic en extra, ne fait pas partie du panier, servez-vous!</p>
Semaine #10	<p>1 botte de carottes Choisir 3 unités : concombres ou courgettes Choisir 1 item : chou vert ou brocolini Choisir 1 item : kale ou laitue ou une petite portion de tomates Choisir 1 item : mesclun ou tomates cerises 4 épis de maïs sucré 1 barquette de pommes de terre nouvelles 1 bouquet de persil plat</p>	<p>1 botte de carottes Choisir 4 unités : concombres ou courgettes Choisir 2 items : chou vert ou brocolini Choisir 1 item : kale ou laitue ou une petite portion de tomates Choisir 2 items : mesclun ou tomates cerises 6 épis de maïs sucré 1 barquette de pommes de terre nouvelles 1 bouquet de persil plat 1 barquette d'haricots de champ 1 petite chopine de bleuets</p>
Semaine #11	<p>1 botte de carottes 2 têtes d'ail Choisir 1 item : champignons cultivés ou tomates cerises 1 barquette de patates nouvelles Choisir 1 item : mesclun ou tomates Choisir 2 unités : concombres ou courgettes 1 petit paquet de poireaux d'été 2 épis de maïs (ou un peu plus s'ils sont trop petits)</p>	<p>2 bottes de carottes 4 têtes d'ail Choisir 1 item : champignons cultivés ou tomates cerises 2 barquettes de patates nouvelles Choisir 2 items : mesclun ou tomates Choisir 4 unités : concombres ou courgettes 1 petit paquet de poireaux d'été 4 épis de maïs (ou un peu plus s'ils sont trop petits)</p>

Semaine #12	<p>Choisir 1 item : 1 grosse aubergine ou une portion de pleurotes 1 botte de radis ronds 1 botte de carottes 1 chopine de tomates cerises 1 barquette de patates nouvelles 1 portion de maïs sucré Choisir 1 item : 1 sac de mesclun ou une portion de grosses tomates Choisir 2 unités : poivrons mauves ou courgettes</p>	<p>Choisir 1 item : 1 grosse aubergine ou une portion de pleurotes 1 botte de radis ronds 2 bottes de carottes 2 chopines de tomates cerises 2 barquettes de patates nouvelles 1 portion de maïs sucré Choisir 2 items : mesclun ou une portion de grosses tomates Choisir 3 unités : poivrons mauves et-ou courgettes</p>	
Semaine #13	<p>1 portion d'haricots de champ Choisir 1 item : pommes de terre nouvelles ou carottes Grosse chopine de tomates cerises Choisir 1 item : chopine de grosses tomates ou mesclun de laitues 1 botte de navets japonais Choisir 1 item : fenouil ou 4 courgettes Choisir 1 item : ail (x3) ou laitue frisée rouge</p>	<p>2 portions d'haricots de champ Choisir 2 items : pommes de terre nouvelles ou carottes Grosse chopine de tomates cerises Choisir 2 items : chopine de grosses tomates ou mesclun de laitues 1 botte de navets japonais Choisir 1 item : fenouil ou 4 courgettes Choisir 1 item : ail (x3) ou laitue frisée rouge 4 concombres libanais</p>	
Semaine #14	<p>Choisir 1 item : 2 courgettes ou 2 concombres libanais ou 4 piments jalapenos Choisir 1 item : 3 poivrons ou 1 sac de mesclun de laitues 1 bunch de radis français 1 bunch de carottes 1 chopine de pommes de terre rattes 1 grosse chopine de tomates cerises 2 barquettes (250g x 2) d'haricots de champ</p>	<p>Choisir 2 items : 2 courgettes ou 2 concombres libanais ou 4 piments jalapenos Choisir 1 item : 4 poivrons ou 1 sac de mesclun de laitues 1 bunch de radis français 2 bunchs de carottes 2 chopines de pommes de terre rattes 2 grosses chopines de tomates cerises 2 barquettes (250g x 2) d'haricots de champ</p>	
Semaine #15	<p>1 panier de raisins sans pépins totalement délicieux provenant du Vignoble du Vent Maudit 1 petit melon d'eau 1 sac de roquette 1 courge spaghetti Choisir 1 item : carottes ou 4 concombres libanais 1 bonne portion d'haricots frais Choisir 1 item : 3 poivrons ou une petite chopine de tomates cerises</p>	<p>2 paniers de raisins sans pépins totalement délicieux provenant du Vignoble du Vent Maudit 1 petit melon d'eau 1 sac de roquette 2 courges spaghetti Choisir 1 item : carottes ou 4 concombres libanais 2 bonnes portions d'haricots frais Choisir 2 items : 3 poivrons ou une petite chopine de tomates cerises</p>	

Semaine #16	<p>Pesto avec des ingrédients de notre ferme (basilic, ail et persil) fait par notre ami traiteur Andrew P. Cuisine inspirée</p> <p>Choisir 1 item : Roquette ou mesclun de laitues</p> <p>1 portion d'haricots romanos</p> <p>Choisir 1 item : mizuna ou ail (x3)</p> <p>Choisir 1 item : brocolinis ou grosse laitue ou poivrons (x3)</p> <p>1 courge poivrée</p> <p>Choisir 1 item : tomates cerises, grosses tomates ou concombres libanais (x3)</p>	<p>Pesto avec des ingrédients de notre ferme (basilic, ail et persil) fait par notre ami traiteur Andrew P. Cuisine inspirée</p> <p>Choisir 2 items : Roquette ou mesclun de laitues</p> <p>2 portions d'haricots romanos</p> <p>Choisir 2 items : mizuna ou ail (x3)</p> <p>Choisir 2 items : brocolinis ou grosse laitue ou poivrons (x3)</p> <p>2 courge poivrées</p> <p>Choisir 2 items : tomates cerises, grosses tomates ou concombres libanais (x3)</p>	
Semaine #17	<p>1 chopine de petits pois snap ou mangetout</p> <p>1 chou d'hiver</p> <p>1 courge potimaron</p> <p>Choisir 1 item : mesclun d'hiver, roquette, mini kale ou une botte de carottes</p> <p>Au choix : courgettes ou concombre libanais (4 unités)</p> <p>Choisir 1 item : tomates cerises, grosses tomates, haricots romanos ou haricots de champ</p> <p>Choisir 1 item : bouquet de kale, laitue frisée ou bunch de navets japonais</p> <p>1 portion d'oignons secs</p>	<p>2 chopines de petits pois snap ou mangetout</p> <p>1 chou d'hiver</p> <p>1 courge potimaron</p> <p>Choisir 2 items : mesclun d'hiver, roquette, mini kale ou une botte de carottes</p> <p>Au choix : courgettes ou concombre libanais (8 unités mais pas plus de 6 concombres svp)</p> <p>Choisir 2 items : tomates cerises, grosses tomates, haricots romanos ou haricots de champ</p> <p>Choisir 1 item : bouquet de kale, laitue frisée ou bunch de navets japonais</p> <p>1 portion d'oignons secs</p>	
Semaine #18	<p>Choisir 1 item : pois snap, pois mangetout ou haricots</p> <p>1 portion de bébé gingembre des Jardins des Funambules</p> <p>Courge sweet dumpling (x2)</p> <p>1 chou napa rouge ou vert</p> <p>1 portion de radis d'hiver</p> <p>2 concombres libanais</p> <p>2 poivrons</p> <p>Choisir 1 item : Laitue, mesclun d'hiver ou roquette</p>	<p>Choisir 2 items : pois snap, pois mangetout ou haricots</p> <p>1 portion de bébé gingembre des Jardins des Funambules</p> <p>Courge sweet dumpling (x2)</p> <p>1 chou napa rouge ou vert</p> <p>1 portion de radis d'hiver</p> <p>4 concombres libanais</p> <p>2 poivrons</p> <p>Choisir 2 items : Laitue, mesclun d'hiver ou roquette</p> <p>1 céleri-rave</p> <p>1 bunch de mini carottes</p>	
Semaine #19	<p>1 Courge butternut</p> <p>1 barquette de choux de Bruxelles (350g)</p> <p>1 petite botte de carottes</p> <p>1 paquet de petits poireaux</p> <p>Choisir 1 item : laitue ou chou ou mizuna</p> <p>Choisir 1 item : poivrons (3) ou courgettes (2)</p> <p>1 portion de rutabaga</p> <p>4 têtes d'ail</p>	<p>1 Courge butternut</p> <p>2 barquettes de choux de Bruxelles (350g)</p> <p>1 petite botte de carottes</p> <p>1 paquet de petits poireaux</p> <p>Choisir 2 items : laitue ou chou ou mizuna</p> <p>Choisir 2 items : poivrons (3) ou courgettes (2)</p> <p>2 portions de rutabaga</p> <p>4 têtes d'ail</p> <p>1 chopine de mini poivrons picnic</p>	

Semaine #20	Courge au choix 1 sac de pommes de terre de conservation (3lbs) Choisir 1 item : choux de Bruxelles ou radis de conservation (daïkons) 1 laitue frisée 1 sac de panais (1 à 2lbs) 1 pot de confiture faite avec les fraises de la ferme Poivrons variés (x4)	Courge au choix 2 sacs de pommes de terre de conservation (3lbs) Choisir 2 items : choux de Bruxelles ou radis de conservation (daïkons) 1 laitue frisée 2 sacs de panais (1 à 2 lbs) 2 pots de confiture faite avec les fraises de la ferme Poivrons variés (x4)	
-------------	--	---	--