



L'automne à table ... quand le chou chinois rencontre le champignon

Pour 1
personne :



1 chou chinois

sel, poivre



1 oignon

riz



huile d'olive

300g de champignons



Faites revenir l'oignon coupé en fines lamelles dans une sauteuse préalablement huilée.



Ajoutez les champignons découpés finement.



Emincez le chou chinois et ajoutez le dans votre préparation. Salez, poivrez, diluez un cube de bouillon de volaille dans un peu d'eau et ajoutez-le.



Laissez mijoter à couvert pendant 10 min. Après réduction du chou, ajoutez 1/2 verre de riz et laissez cuire 20 min jusqu'à absorption du jus de cuisson.

La météo à La Cresso:

Cette semaine semble idéale pour les activités de récolte et de plantation. Avec l'automne bien installé, c'est le moment parfait pour récolter les légumes de garde tels que les navets, choux, radis, carottes et patates douces. Ces légumes résistent bien aux températures plus fraîches et peuvent être stockés pour l'hiver. En parallèle, les cultures de mâche, laitues, mesclun et ail sont plantées, assurant ainsi une continuité dans la production. Sur le plan commercial, nous travaillons déjà sur le plan de maraîchage pour l'année prochaine. De nouveaux légumes seront introduits, promettant de belles surprises ! Cette période de transition est cruciale pour garantir une offre variée et de qualité tout au long de l'année.