

Feuille de chou numéro 21

Octobre 2019

Quoi de neuf ce mois-ci ?

Vous avez peut-être loupé l'info mais ce mois-ci le réseau VRAC à Strasbourg s'agrandit! Le vendredi 11 octobre c'est la première réception des commandes à la Montagne Verte! Ca se passe au CSC de la Montagne Verte, 10 rue d'Ostwald! Tout ça pour dire qu'on est content que ce nouveau groupement se mette en place, bienvenu!

Vous remarquerez certainement que ce mois-ci nous devions avoir des pommes de terre mais que finalement nous n'en n'avons pas...nous en sommes désolés...Malheureusement le producteur avec qui nous travaillions jusque là ne peut plus nous fournir faute de production suffisante...nous sommes donc à la recherche d'un nouveau producteur! Si vous en connaissez faites-nous signe que l'on puisse les contacter! Merci!

Table d'hôtes à l'Association Par'Enchantement - jeudi 17 octobre

Avec la rentrée les tables d'hôtes reprennent aussi! La première de cette saison aura lieu à l'association Par'Enchantement, 55 rue de la Charmille. Si ça vous tente de venir manger les bons plats que l'on aura concoctés inscrivez-vous rapidement, il n'y aura pas de place pour tout le monde!

La recette de Ayet gagnante de concours de cuisine - Edition 2019

Samedi dernier, le 28 septembre vous avez été plusieurs à venir participer ou assister au Concours de cuisine VRAC - Edition 2019! C'était une très chouette après-midi où nous avons eu la chance de goûter les superbes préparations des candidat-es. Ce mois-ci c'est Ayet, la gagnante de la catégorie Salée qui partage sa recette du "Tajine Merguez accompagné de pain" avec vous!

Les ingrédients: *1 petit bocal de câpres, 1 conserve maison de citrons en bocal, 1 petit bocal de carottes, 3 tomates, 2 oignons, 1 petite boîte de concentré de tomates, Viande hachée 500 gr, Poivre noir, Menthe séchée, Sel, Huile d'olive, Purée de tomates, Persil, 250 gr farine, 250 gr semoule fine, Levure de boulanger, Huile d'olive*

La recette: *Faire chauffer de l'huile et y cuire ½ oignon émincé. Ajouter 3 tomates coupées en petits morceaux et la petite boîte de concentré de tomates, faire cuire à feu doux et ajouter de l'eau chaude. Mélanger la viande hachée avec la menthe séchée, le poivre noir, le sel. Bien mélanger et la modeler à la main, en forme de petite saucisse. Déposer la viande dans la casserole avec la tomate, toujours à feu doux. Lorsque la viande est cuite, ajouter une cuillère d'huile d'olives, les câpres, les carottes, les citrons et laisser chauffer à feu doux. Pour la présentation, ajouter sur le plat l'oignon cru émincé et le persil.*

A servir avec le pain : Délayer la levure de boulanger dans un bol avec de l'eau et du sucre. Dans un saladier, mélanger la farine, la semoule fine, l'huile d'olives (1/2 verre), le sel, la levure délayée, 1 verre d'eau tiède. Bien mélanger le tout à la main et laisser reposer 1 heure. Façonner les boules de pain, laisser reposer 15 mn et cuire au four à 180°.

POUR LES NOUVEAUX


Le VRAC, qu'est ce que c'est?

- VRAC propose des produits de bonne qualité à prix coûtant (vente en direct sans marge). L'association fonctionne grâce à votre implication, notamment pendant le grand dispatch ainsi que les rendez-vous mensuels.
- Il y a 2 rendez-vous VRAC à noter dans vos agendas :
- La **prise de commande**, parfois accompagnée d'un atelier : une fois par mois.
→ On remplit le bon de commande et on passe un bon moment ensemble!
- La **réception de commande** : une fois par mois.
→ Dans une démarche écologique, on apporte nos sacs, bouteilles, boîtes, on récupère notre commande et on paye. Si on a le temps on aide à l'installation et/ou au rangement.

►► *Rendez-vous dans le centre socio-culturel le plus proche de chez vous !*

Centre	Prise de commande	Réception de commande	Animations
Phare de l'Ill 29 rue du G ^{al} Libermann	mardi 22 octobre 16h30-18h30	mardi 5 novembre 16h30-18h30	
Cité Spach - Vauban 16 rue Edel	mercredi 23 octobre ATTENTION c'est au 35 rue Vauban entre 15h-18h	mercredi 6 novembre 15h-18h	
asso PAR ENchantement 57 rue de la charmille	mercredi 23 octobre 15h-18h	mercredi 6 novembre 15h-18h	Animation cuisine pendant la prise des commandes!
CSC Neudorf - antenne Musau 34 rue de Wattwiller	jeudi 24 octobre 14h-16h30	jeudi 7 novembre 14h-16h30	
CSC Neuhof - Klebsau 8 rue Georges Epstein	jeudi 24 octobre 15h-18h	jeudi 7 novembre 15h-18h	
asso JS Koenigshoffen 41 rue Virgile	vendredi 18 octobre 15h30-18h	vendredi 8 novembre 15h30-18h	
CSC Montagne Verte 10 rue d'Ostwald	vendredi 18 octobre 14h-18h30	vendredi 8 novembre 14h-18h30	Fabrication de sacs en tissu le 18 octobre

 11 rue St Guillaume 67000 Strasbourg

 07.81.62.94.49



coordination-vrac-strasbg@laposte.net



Suivez nous : VRAC Strasbourg

Structures partenaires



Financiers et soutiens

