

Chers adhérents,

Ces jours nous ramassons des courges sur le champ, ça sent l'automne !



Dans les paniers cette semaine :

- Encore un peu de « légumes d'été »...
- Des feuilles de chou Kale, un super aliment pour votre bonne santé et votre assiette ! Il y a des recettes sur le site internet de l'amap.
- De la courge vif d'estampe.

Pensez à vous inscrire pour les cueillettes sur le site internet de l'AMAP, trois personnes le jeudi c'est top !



Hélène Ature se joint à nous pour vous souhaiter un très agréable week-end !

Gilles et Nathalie, vos dévoués producteurs