



Le bureau de l'Amap, ses membres,... qui fait quoi ?

STACY, notre présidente, relance les bénévoles pour les distributions de paniers, réunit le bureau, renvoie les informations utiles, relaye les nouveautés, les bons plans, etc...



JEANNOT, notre trésorier, veille aux inscriptions, aux contrats passés avec les maraichers, répare quand il le peut le matériel de la ferme et comme nous tous à chacun son tour assure une présence du bureau à la distribution du mardi

GERALDINE, notre secrétaire, revoit les textes (Charte AMAP, courriers, comptes-rendus), participe aux réunions, pallie fréquemment à l'absence ou au retard des bénévoles à la distribution du mardi



PIERRE met en place et suit les contrats de vente des lentilles, organise des soirées de dégustations de vins bio, réchauffe l'ambiance (chante) lors de concerts ou même éventuellement à la distribution, rédige avec Stacy les articles pour la revue mensuelle de la municipalité

LOLA, notre webmaster, veille à l'actualité des pages web, publie le détail du contenu hebdomadaire d'un panier, intègre nos feuilles de chou sur le web, commente en images des événements internes (fête des amap), etc



PHILIPPE s'occupe des contrats pains avec



MICHELLE, votre serviteur qui rédige aussi cette épisodique feuille de chou



La tomate de 629 gr.



«Recettes»

Soupe froide de tomates ou de ...

Il existe dans le commerce bio d'excellents gaspacho de tomates en format de 500 ml, Danival par exemple

Souvent très assaisonnés ils gagnent à être adoucis à l'huile d'olive ou de colza (à volonté). Accompagnés de noix du Brésil, modifiés au Gomasio pour le croquant du sésame, ils font un repas du soir léger et savoureux pour, les cuisinier(e)s fatigué(e)s ou les adeptes de la cuisine cétogène. A déguster très frais à la petite cuiller !

Rien ne vous empêche d'allonger ces soupes avec vos légumes après les avoir débarrassés de leur peau et de leurs graines : tomates, morceaux de poivrons, concombre finement mixés sont de rigueur. Cependant des dizaines de recettes existent, car à peu près tous les légumes et les fruits se déclinent en gaspacho, jusqu'au abricots ! cf «Gaspachos» les 30 recettes de Martine Lizambard ed. Solar

Récupérez des recettes sur la page facebook de notre site <https://www.facebook.com/saulxgood/timeline> même si vous n'avez pas de compte facebook ou sur celui de l'Amap www.saulxgood.fr !



pour d'autres secteurs voir CAROLE responsable des échanges avec le collectif **Le percheron** pour des commandes groupées de boissons, de viandes, de fromages ou de fruits bio livrées à Animakt