

# Newsletter février 2022



## C'est la saison des endives !



Nos endives sont disponibles d'octobre à mai



Où poussent nos endives ?  
Dormelles (77130)  
Paris (75018)



Nos producteurs :  
La Caverne  
Benoît Feyler

## Zoom sur nos producteurs d'endives



Ancien professeur, Benoît cultive aujourd'hui 15 hectares de légumes et de céréales en Seine et Marne. Très attaché à une agriculture biologique pluri-culturelle et de qualité, il travaille aujourd'hui sur la mise en place d'un système de polyculture sur sa ferme, en y intégrant animaux, légumineuse, fruits et légumes.

## La recette du mois

### Endives à la béchamel



#### Ingredients :

- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 4 endives
- basilic et thym
- 50g de farine
- 50g de beurre
- 60cl de lait
- 50g de parmesan
- noix de muscade



#### Recette :

- Coupez l'oignon, la gousse d'ail puis les endives en rondelles.
- Faites les cuire à la poêle à feu doux 10 minutes puis ajouter le basilic et le thym.
- Pendant ce temps faites fondre dans une casserole le beurre
- Ajoutez hors du feu la farine et fouettez jusqu'à ce que ce soit homogène
- Remettez sur le feu et ajouter petit à petit le lait pour obtenir un mélange épais. À la fin mettez un peu de noix de muscade
- Mettez les endives dans un plat, mettez par-dessus la béchamel puis parsemer de parmesan.
- Mettez au four à 170° pendant 35 minutes.

#### Les fruits, légumes et aromates du mois de février d'Île-de-France

