

## Exemples de contenus de panier

PETIT FORMAT (environ 2 personnes)

Début juillet	Mi-août	Début octobre
1 botte de basilic	2 courgettes	1 brocoli ou 1 chou vert ou botte de chou rave
4 concombres libanais	1 laitue ou 1 botte de chou kale	3 lbs de légumes racines au choix : patates douces, pommes de terre, patates douces, rutabagas, navet, oignons.
3 choux-raves	1 botte de carottes	1 botte de carottes
1 botte d'épinards ou mesclun	1 tête d'ail	3 tomates rondes
1 bouquet de 5 fleurs d'ail	3 poireaux	1 concombre anglais, 3 concombres libanais
1 botte de radis	1 poivron vert ou rouge	1 botte de fines herbes au choix ou 1 bulbe d'ail
1 casseau tomates cerises	3 tomates rondes	2 poivrons rouges et/ou verts
2 tomates rondes	1 cas. tomates cerise	fines herbes ou piments forts
3 pac choi	1 concombre anglais	1 courge d'hiver
1 botte d'échalottes	0,5 lb de haricots ou de pois mange-tout	
	1 botte de betteraves	1 verdure au choix
	1 melon au choix	1 aubergine ou 1 casseau de cerises de terre
	200g de cerise de terre	

GRAND FORMAT (3-4 personnes)

Début juillet	Mi-août	Début octobre
1 botte de basilic ou 2 pin	2 courgettes	1 brocoli ou 1 botte chou rave ou 1 chou vert
1 concombre anglais	1 botte de 3 poireaux	
4 concombres libanais		
3 choux-raves	1 verdure au choix	1 botte de carottes
1 botte d'épinards ou mes	1 botte de carottes	4 tomates rondes ou 12 italiennes
1 bouquet de 8 fleurs d'a	1 tête d'ail	1 botte de fines herbes au choix
1 botte de radis	1 aubergine	2 poivrons rouges et/ou verts
3 tomates rondes	2 poivrons verts et/ou rouges	1 casseau de cerises de terre ou 1 botte poireaux
1 botte navet hakurei.	4 tomates rondes	2 courges d'hiver au choix
	12 maïs sucrés	
	2 casseaux tomates cerise	

1 Poivron	1 concombre anglais et 5 concombres	Au choix 5 lbs de légumes racine; patates douces, pommes de terre, patates douces, rutabagas, navet, oignons.
1 casseau tomates cerise	haricots ou pois mange-tout	1 verdure au choix
1 botte d'échalotes	1 botte de betteraves	1 botte betterave ou 1 aubergine
200g de mesclun	1 brocoli	1 citrouille
5 pac choi	1 cas. de cerise de terre	2 casseaux tomates cerise