

Recette

Mousse de fleurs de primevère

100 g de fleurs de primevère, 4 œufs, 100 g de sucre, Jus d'1 citron

1. Battez les jaunes des oeufs avec le sucre jusqu'à ce que le mélange devienne mousseux, puis ajoutez les fleurs de primevère détachées de leur calice et finement hachées. Versez le jus de citron.

2. Battez les blancs des oeufs en neige bien ferme et incorporez délicatement à la préparation précédente.

3. Versez la mousse dans un plat assez profond, décorez de fleurs de primevère entières et servez pour éviter que la mousse ne retombe.

Attention: seules les fleurs de la primevère officinale sont parfumées .

APPEL

Nous avons besoin de matériel pour les ateliers d'écologie pratique : flacons de shampoing, lessive, et autres produits ménagers et d'hygiène corporel. Ils nous en faut beaucoup. Signalez vous !!!

Contact

Stand : Nous serons présent à la fête des plantes le samedi 19 avril au parc des Oudairies de 10 h à 18 h à la Roche sur yon .

Association LIBERA VERDA

1 rue du Pijouit
85140 LES ESSARTS

06.26.23.72.66
liberverda@no-log.org

Blog :
liberaverda.canalblog.com

Si vous souhaitez :

- recevoir la feuille d'informations de Libera Verda
- faire une donation de soutien (prix libre)
- recevoir de l'information sur l'association
- adhérer : mini 5€ ou autres...

N'hésitez pas à prendre contact !



FEUILLE D'INFORMATIONS



LIBERA VERDA N° 61
- Avril 2013 -

Bonjour la Planète !

Bonjour

Ce mois ci, encore et toujours plus de motivation pour faire avancer le respect du monde vivant. N'hésitez surtout pas à mettre en pratique les quelques recettes de la feuille d'info. Si on en mets pas trop, c'est pour que vous puissiez faire les recettes dans le mois. Donc à vous de jouer !!!

Sinon, venez à nos ateliers, adhérez pour mettre en forme de façon collective ce projet de diffusion de pratiques respectueuses de la vie. On vous attend ! Vive la vie et à bientôt.

Trucs & Astuces

nettoyer les interrupteurs en toute sécurité.

- Frotter l'interrupteur à l'aide d'une **pomme de terre** coupée en deux. L'amidon présent dans la pomme de terre a un effet nettoyant. Essuyer à l'aide d'un tissu propre.

- Frotter l'interrupteur avec un tissu imbibé de **lait** ou de **démaquillant**.

- Nettoyer l'interrupteur avec de **l'alcool à 90°**.

RDV

Samedi 5 juin : comment Faire un jardin en carré, en Lasagnes et sur buttes.

10 h à 11 h 30 au jardin Pédagogique aux Essarts
Judi 17 avril : comment se Préparer au printemps avec Les plantes. De 18 h à 19 h30 salle charles madras

Samedi 26 avril : sortie nature a la découverte du pissenlit
De 10h 30 à 12h
Ferme vent des légumes à la Génétouze