

J'aime les fruits et légumes d'Europe  
et je vous souhaite à tous un joyeux  
printemps et de très joyeuses Pâques!

English



NOUVELLES FOURNIES PAR  
**EU FRESH CHOICE IM2 & TC →**  
20 mars, 2024, 08:00 ET

EBOLI, Italie, 20 mars 2024 /CNW/ - C'est le **printemps**, et ici, à **Fruits et Légumes d'Europe**, j'**adore** la joie. Les fruits et légumes sont si frais, légers et vivaces qu'ils vous combleront aussi de joie.

[Continue Reading](#)



THE EUROPEAN UNION SUPPORTS  
CAMPAIGNS THAT PROMOTE A WIDE  
VARIETY OF AGRICULTURAL PRODUCTS



[www.fruitandvegfromeurope.eu](http://www.fruitandvegfromeurope.eu)

Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Research Executive Agency (REA). Neither the European Union nor the granting authorities can be held responsible for them.

Follow us on



footer\_F\_V\_canada\_oriz\_completo\_Logo



Jetons un coup d'œil au jardin d'Europe : tout est si léger, lumineux et juteux, aussi revigorant que le soleil lui-même. Nous avons des feuilles brillantes d'épinards et de bettes à carde, des haricots verts croustillants, des asperges herbeuses tendres, les pois les plus sucrés -- ils commencent tous à apparaître maintenant. Les fruits du verger sont petits mais mûrissent, surtout les cerises, et dans un avenir pas trop lointain, les doux abricots. Les baies sont fraîches et aromatiques -- n'importe qui pour une trifle printanière ou une tarte aux fruits frais?

Et cet élégant légume, l'artichaut! Vous êtes-vous déjà demandé comment le préparer? Comment dépasser les feuilles épineuses pour manger le cœur tendre? Nous sommes ici pour vous dire qu'il suffit de visiter notre site Web [www.ilovefruitandvegfromeurope.com](http://www.ilovefruitandvegfromeurope.com) pour obtenir des recettes saisonnières.

Laissez-vous inspirer par la fraîcheur printanière : préparez une omelette simple d'épinards et de fromage de chèvre; saupoudrez les herbes printanières sur une salade de feuilles, mélangez la ciboulette hachée avec le beurre et laissez-la fondre dans un steak grésillant. Et le risotto ou une frittata est délicieux avec les légumes de printemps, ajoutez une poignée de chaque nouveau jeune légume vert, pour en faire "alla primavera" comme on dit en Italie, comme le printemps lui-même.

Les pâtes contenant presque tous les légumes de la nouvelle saison sont délicieuses et changent comme le jardin. Et les herbes fraîches : du jeune persil, du bébé basilic, des petites pousses de thym, de l'ail vert, des vrilles de pois... des pois mange-tout font une merveilleuse salade avec du fromage de chèvre et de l'estragon frais, et la jeune roquette de la nouvelle saison peut être fouettée dans un pesto mamelon.

N'oubliez pas les radis! Servir avec un peu de beurre frais sur chaque radi avant de servir pour le croquant. Faites rôtir les petites carottes du printemps dans l'huile d'olive et saupoudrez d'aneth, ou préparez un délicieux sandwich avec des feuilles de chardon sautées à l'huile d'olive, de la mozzarella fraîche et une poignée d'olives noires.

Il n'y a pas de fin à la joie de cuisiner avec, et de manger les magnifiques fruits et légumes du printemps; c'est comme un miracle!

Et si vous avez besoin d'idées, rendez-vous sur [www.ilovefruitandvegfromeurope.co.uk](http://www.ilovefruitandvegfromeurope.co.uk)

Joyeuses Pâques! Profitez. Il vient d'Europe!

Logo - [https://mma.prnewswire.com/media/2186805/4599469/Logo\\_F\\_V\\_Logo.jpg](https://mma.prnewswire.com/media/2186805/4599469/Logo_F_V_Logo.jpg)

Logo -

[https://mma.prnewswire.com/media/2186806/4599470/footer\\_F\\_V\\_canada\\_oriz\\_completo\\_Logo.jpg](https://mma.prnewswire.com/media/2186806/4599470/footer_F_V_canada_oriz_completo_Logo.jpg)

SOURCE EU FRESH CHOICE IM2 & TC

Renseignements: Contact médias : [info@ilovefruitandvegfromeurope.com](mailto:info@ilovefruitandvegfromeurope.com)