



# boîtes légumes

## C'est quoi?

Les boîtes légumes, c'est un abonnement à notre cuisine qui s'inspire des paniers fermiers.

**Chaque semaine, notre équipe vous propose une boîte de légumes du territoire soigneusement transformés et toujours composée en fonction des arrivages de nos partenaires.**

Les légumes sont coupés, marinés, blanchis ou rôtis et ils vous sont ensuite proposés cuits, crus, sous forme de potage ou de salade composée.

L'objectif est simple:

**manger plus de légumes plus souvent!**



## Dès juin 2025

Le coût de la boîte est de **50\$** et elle contient de **10 à 14 portions de légumes.**





## Comment ça fonctionne ?

Confirmez votre commande avant 20 h le dimanche pour la cueillette du jeudi suivant.

Ajoutez des produits complémentaires - vinaigrettes, sauces ou même une lasagne de pâtes fraîches.

**La cueillette se fait tous les jeudis, du 5 juin au 16 octobre 2025 chez Conserve, entre 15 h et 18 h.**

## Contenants réutilisables

**Par souci écologique, les boîtes légumes sont offertes dans des contenants réutilisables,** lesquels devront nous être rapportés lors de votre prochaine cueillette.

Nous maintenons un inventaire de contenants pratiquement incassables, faciles à nettoyer et résistants aux taches et aux odeurs.

Un dépôt unique de 50\$ vous sera demandé lors de la première commande et vous sera remis à la fin de la saison.



## Exemple du contenu d'une boîte légumes

10 à 14 portions de légumes par boîte

- Potage aux carottes
- Fèves jaunes cuites
- Chou kale blanchi
- Salade de pomme de terre
- Radis et rabioles crus
- Salsa verte

Pour vous abonner ou en savoir plus :

[info@conservecuisine.com](mailto:info@conservecuisine.com)  
ou 514 214-9994

# conserve.

232 rue Principale  
Cowansville

# C.