

## Velouté aux blettes

### Ingrédients

500 g de côtes de blettes avec les feuilles

1 petit poireau

1 courgette

1 c. à s. de fond de légumes

100 g de crème fraîche

Sel

### Préparation

Laver à grande eau les côtes de blettes. Détailler les côtes et les feuilles en morceaux.

Laver poireau et courgette, retirer les parties abîmées et les détailler en rondelles.

Dans une grande casserole, mettre tous les légumes, ajouter le fond de légumes et un peu de sel. Verser 400 grammes d'eau de source et cuire à feu doux.

Ajouter la crème fraîche et mixer. Rectifier l'assaisonnement et servir le velouté

## Salade de céleri-rave à la pomme

(pour 4 à 6 personnes)

2 petits céleris-raves, ou 1 gros (500 g)

2 belles pommes sucrées

1 yaourt de soja

2 cs de moutarde à l'ancienne

1 belle pincée de poivre blanc

Éplucher les céleris-raves, les laver et les râper. Laver les pommes, ôter leur trognon et les couper en dés. Placer céleris-raves et pommes dans un saladier.

Mélanger le yaourt, la moutarde et le poivre noir. Ajouter dans le saladier et mélanger soigneusement.

Déguster immédiatement ou conserver couvert quelques heures au réfrigérateur avant de servir.

### Variantes

Remplacer les pommes par les fruits secs de votre choix (je vois bien des dattes ou des abricots en dés).

Remplacer le yaourt de soja par de la crème végétale (soja, avoine, épeautre, par exemple).

Ajouter 1 cc de curry en poudre à la sauce.

# LE PANIER DES JARDINS DU BREIL

Le panier bio, local et solidaire du pays de Rennes

Année 2018 — Semaine 14

IDLégumes	Unité	Cons	PrixUnit	FAMILLE	Mont	DUO	Mont
blette	botte	I	2.30	1.00	2.30	1.00	2.30
céleri rave	kg	I	2.40	0.80	1.92	0.60	1.44
chou	kg	II	2.40	0.50	1.20	0.50	1.20
poireau	kg	I	2.70			0.70	1.89
épinard	kg	I	4.60	0.70	3.22		
mesclun	kg	I	12.50	0.12	3.13		
PDT rosa-belle	kg	II	1.90	1.00	1.90	1.00	1.90
					13.66		8.73

Conservation I: courte (1-3 j.) II: moyenne (3-7 j.) III: longue (+7 j.)

**Rappel à tous les adhérents: pas de panier la semaine 19 (8 et 10 mai étant fériés)**



**Pour annuler un panier**

**Avant le lundi 10h**

- un e-mail : [paniers@jardinsdubreil.fr](mailto:paniers@jardinsdubreil.fr)



Tél. 02 99 54 52 71

site web : [www.jardinsdubreil.fr](http://www.jardinsdubreil.fr)

Mail : [paniers@jardinsdubreil.fr](mailto:paniers@jardinsdubreil.fr)

[facebook.com/jardinsdubreil](https://facebook.com/jardinsdubreil)

[twitter.com/JardinsduBreil](https://twitter.com/JardinsduBreil)

[comiteadherentsjdb.wordpress.com](http://comiteadherentsjdb.wordpress.com)

## Commande groupée: Viande de porc AB

Dominique Houget, producteur à Bourgarré, vous propose ses caissettes de viande de porc AB. Le tout conditionné sous vide par colis de 6 ou 12 kgs environ. Rdv sur notre site pour passer commande. Livraison le jeudi 12 avril sur le site du Grand Breil

## Commande groupée bis: Viande de veau AB

Christian et Cécile Mogis, producteurs à Pacé, vous proposent des caissettes de viande de veau AB. Réservations par téléphone au 06.49.98.50.95 et collecte directement à la ferme de la Mandardière le 16 mai entre 17h30 et 19h30. **Nous n'assurons pas l'intermédiaire sur cette commande**