

CHIPS DE COURGETTES AU PARMESAN (pour 6 personnes)

TEMPS TOTAL : 20 MIN
Préparation : 10 min
Cuisson : 10 min

Ingrédients :

250g de courgette
100g de parmesan ou grana
Poivre

Préchauffer le four à 200°C en position grill.

Laver et sécher les courgettes puis les coupez en fines tranches (quelques millimètres d'épaisseur) en éliminant les extrémités.

Les poser les unes à côté des autres (et non superposées) sur une plaque recouverte de papier cuisson.

Saupoudrer chaque tranche d'une cuillère à café de parmesan. Poivrer et verser un filet d'huile d'olive.

Laisser cuire sous le grill de 8 à 10 minutes environ. Les courgettes doivent dorer. Eventuellement enfournier en plusieurs fois.

Laisser tiédir légèrement sur une grille puis servir encore chaud.

Ces chips sont délicieuses chaudes mais se laissent très bien manger froides (elles seront plus molles).

TATIN D'AUBERGINES (pour 4/6 personnes)

Ingrédients :

1 ou 2 aubergines
2 gousses d'ail
le jus d'1/2 citron jaune
8 tomates séchées conservées dans l'huile
3 brins de romarin
4 c. à s. d'huile d'olive
1 pâte feuilletée ronde
1 c. à s. de cassonade
Gros sel

Laver et tailler les aubergines en tranches d'environ 1cm. A plat ou dans un grand saladier, les couvrir de gros sel et laisser égoutter pendant 30 min.

Pendant ce temps, éplucher les 2 gousses d'ail, et les hacher finement. Couper les tomates séchées en petits morceaux et hacher le romarin. Réserver séparément

Ôter le sel des aubergines puis les sécher à l'aide de papier absorbant.

Dans une poêle, chauffer vivement l'huile d'olive et faire revenir les tranches d'aubergines en ajoutant le jus de citron, du sel et du poivre. Les retourner délicatement à l'aide d'une spatule. Lorsqu'elles sont transparentes et légèrement dorées sur les deux faces, les déposer bien à plat et laisser refroidir.

Préchauffer le four à 180°C.

Huiler le fond d'un plat à tarte et le poudrer d'un voile de cassonade. Parsemer de tomates séchées, de l'ail et du romarin hachés. Ajouter les tranches d'aubergines en les chevauchant légèrement si besoin afin qu'elles recouvrent l'ensemble du moule.

Couvrir avec la pâte feuilletée en rentrant légèrement les bords à l'intérieur du moule, puis piquer la avec quelques coups de fourchette.

Enfourner pour 30 minutes environ jusqu'à ce que la pâte soit bien dorée et la conserver au chaud jusqu'au moment de servir.

LE PANIER DES JARDINS DU BREIL

Le panier bio, local et solidaire du pays de Rennes

Année 2018 — Semaine 26

Légumes	Unité	Cons	PrixUnit	Duo	Mont	Famille	Mont
Carotte	botte	I	2.50			1	2.50
Courgette	Kg	I	2.50	0.750	1.88	0.5	1.25
Aubergine	Kg	II	4.20	0.5	2.10	0.5	2.10
Salade	pièce	I	1.20	1	1.20	2	2.40
Concombre	Kg	II	3.70	0.6	2.22	0.750	2.78
Aromatique	botte	I	1.20	1	1.20	1	1.20
Tomate cerise	Kg	I	6.80			0.2	1.36
					8.60		13.59

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

Pour annuler un panier

Avant le lundi 9h

- un e-mail : paniers@jardinsdubreil.fr

- un coup de fil : 02 99 54 52 71



Tél. 02 99 54 52 71

site web : www.jardinsdubreil.fr

Mail : paniers@jardinsdubreil.fr

facebook.com/jardinsdubreil

twitter.com/JardinsduBreil



Pensez à ramener les cagettes !

On manque de cagettes pour faire les paniers. Pensez à les laisser sur place ou à les ramener la semaine d'après. Merci !

Vive l'été !

L'été arrive à grand pas ! Pensez à nous communiquer ou à saisir directement sur votre espace adhérent en ligne vos annulations et doublages dès que possible pour une meilleure organisation des livraisons de panier.