

Burger à la betterave

Pour 6 burgers :

250g de betterave cuite
250 g de pois chiche cuits
1 oignon
100 g de flocons d'avoine
1 ou 2 gousses d'ail
une belle poignée de persil
des épices : sel, poivre, paprika...

Épluchez l'oignon et hachez finement.
Faites le fondre doucement dans un fond d'huile d'olive.

Mettez dans le bol de votre robot la betterave coupée en morceaux, les pois chiches, l'ail, les épices, les flocons d'avoine et l'oignon cuit.

Mixez jusqu'à obtenir une pâte très épaisse et collante. Si la pâte vous semble trop liquide, vous pouvez l'épaissir en ajoutant des flocons d'avoine.

Huilez vous les mains (ça évitera à la préparation de coller) et formez les galettes en prenant une grosse poignée de pâte, en la roulant pour en faire une boule et en l'aplatissant pour lui donner la forme désirée. Répétez jusqu'à épuisement (des ingrédients, pas de vous!).

Huilez une poêle et faites cuire les galettes quelques minutes de chaque côté à feu moyen jusqu'à ce qu'elle soient dorées.

Composez votre burger avec les ingrédients que vous aimez

Tarte vosgienne aux rutabagas

Pour 6 personnes:

1 pâte feuilletée
400 g de rutabaga
200 g de Munster (possible de remplacer par un autre fromage de votre goût)
2 c. à café de miel
15 g de beurre
Cumin en grain
Moutarde à l'ancienne

Etape 1

Peler et couper en tranches fines les rutabagas et les cuire environ 10 min dans de l'eau salée, puis les égoutter.

Etape 2

Étaler la pâte sur un plat à tarte, la piquer puis badigeonner de moutarde à l'ancienne.

Etape 3

Recouvrir de tranches fines de Munster blanc.

Etape 4

Recouvrir des tranches de rutabagas, les badigeonner d'un mélange de beurre et miel fondus, puis parsemer de cumin.

Etape 5

Enfourner 30 min au four préchauffé à 180°C.

LE PANIER

DES JARDINS DU BREIL

Le panier bio, local et solidaire du pays de Rennes

Année 2019 — Semaine 3

Légumes	Unité	Cons	PrixUnit	Duo	Mont	Famille	Mont
Poireau	Kg	II	2.70	0.5	1.35		
Radis noir rond	Kg	III	2.40	0.35	0.84	0.4	0.96
Navet	Kg	III	2.40	0.4	0.96		
Courge musquée ou longue de nice	Kg	III	2.40	1	2.40		
Mesclun	Kg	I	12	0.15	1.80		
Betterave cuite	Kg	I	4.00	0.3	1.20		
Céleri rave	Kg	III	2.40			0.9	2.16
Rutabaga	Kg	III	2.30			0.5	1.15
Potimarron green hokkaïdo	Kg	III	2.60			1.2	3.12
Oignon jaune	Kg	III	2.50			0.5	1.25
Echalote	Kg	II	5.80			0.1	0.58
Epinard	Kg	I	4.40			1	4.40
					8.55		13.62



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

Pour annuler un panier

Avant le lundi 8h

- un e-mail : paniers@jardinsdubreil.fr

- un coup de fil : 02 99 54 52 71

- sur votre espace adhérent sur le site internet



Tél. 02 99 54 52 71

site web : www.jardinsdubreil.fr

Merci de ramener les cagettes en bois !

Nous manquons de cagettes en bois pour faire les paniers, nous vous remercions de bien laisser ou ramener votre cagette sur le lieu de dépôt. Et nous acceptons aussi les dons de ca-

Actu des Jardins

Tous les radis d'hiver sont désormais stockés au frigo. Nous poursuivons les préparatifs pour le printemps (achat de graines et de plants) et nous avons semé une 8e série de mâche, qui n'était pas prévue au programme mais qui permettra d'avoir de la mâche jusqu'en avril si tout se passe bien.

Composition du mesclun

Mizuna rouge et verte, moutarde, jeunes pousses de chou de Chine, pourpier variété Claytone de Cuba