

## Moelleux à l'amande et courge patidou.

### 1 gâteau pour 4 pers:

200 g de chair de Patidou  
150 g de farine de blé demi-complète  
80 g d'amandes non émondées réduites en poudre  
50 g de sucre de canne complet  
50 g d'huile d'olive  
60 ml d'eau  
3 c.à soupe de jus de citron  
½ cac de bicarbonate de soude

1. Découper en quartiers et épépiner la courge. La cuire à la vapeur pendant une demi-heure jusqu'à ce que la chair soit bien molle. Laisser refroidir.

2. Réduire les amandes en poudre. Mélanger alors les éléments secs, farine, amande, sucre et bicarbonate dans une jatte.

3. Revenir à la courge maintenant tiédie. Racler sa chair avec une cuillère et la déposer sur le mélange sec dans la jatte.

4. Incorporer ensuite petit à petit les éléments humides en remuant. Verser l'huile d'olive, l'eau et terminer par le jus de citron. Bien mélanger afin d'obtenir pâte plutôt homogène.

5. Huiler un petit moule à gâteau et y verser cette préparation.

6. Enfourner à 150°C pendant une heure environ. Laisser tiédir ou refroidir complètement avant de déguster.

## Croquettes de poireaux

### Pour 4 personnes

1 kg de pomme de terre  
2 œufs  
500g de poireaux  
1 c.à.s de graisse végétale  
Noix de muscade  
Sel poivre

Cuire les pommes de terre avec leur peau, les éplucher et en faire une purée.

Battre les œufs avec le sel, le poivre et la noix de muscade. Incorporer à la purée.

Couper les poireaux en fines lanières. Mettre à chauffer à la graisse végétale dans une poêle. Ajouter 2 cuillères à soupe d'eau, y étuver les poireaux jusqu'à ce qu'ils soient presque tendres puis les égoutter. Les ajouter à la purée, bien mélanger.

Faire chauffer une poêle graissée, y déposer des boulettes du mélange et les aplatiser.

Cuire quelques minutes et servir chaud.

# LE PANIER DES JARDINS DU BREIL

Le panier bio, local et solidaire du pays de Rennes

Année 2019 — Semaine 6

Légumes	Unité	Cons	PrixUnit	Duo	Mont	Famille	Mont
Poireau	Kg	II	2.70	0.5	1.35	1	2.70
Carotte	Kg	II	2.40	0.8	1.92	0.8	1.92
Radis noir	Kg	III	2.40			0.4	0.96
Pomme de terre	Kg	III	1.90	0.9	1.71	1	1.90
Chou rouge	Kg	II	2.30	1	2.30		
Betterave crue	Kg	III	2.30			0.9	2.07
Chou cabus blanc	Kg	II	2.30			1.2	2.76
Patidou	Kg	III	2.60			0.5	1.30
Oignon jaune	Kg	III	2.50	0.5	1.25		
					<b>8.53</b>		<b>13.61</b>



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

**Provenance des carottes:** Le marais sage à Bruz  
**Maraicher:** Grégory Fauchon  
**Variété:** Carottes de Chantenay

### **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. *Besoin de cagette pour allumer votre feu ?* Plutôt que d'utiliser la cagette du panier, venez récupérer des cagettes cassées aux Jardins !

### **Actu des Jardins**

Nous accueillons cette semaine deux nouveaux salariés en insertion sur les jardins, un homme et une femme. Ces deux arrivées viennent compenser le départ d'un salarié et une place qui était vacante depuis un ou deux mois. Nous avons donc aujourd'hui 16 salariés en insertion. Si vous voulez avoir quelques précisions sur le travail en insertion vous pouvez aller voir un article de la semaine dernière sur l'actualité de notre site internet

### Pour annuler un panier

#### **Avant le lundi 8h**

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