Gratin de navets nouveaux

Pour 2 personnes:

1 botte de navets nouveaux
20 grammes de beurre ou d'huile d'olive
20 grammes de farine de blé
15 cl de lait de soja
40 grammes de pain grillé mixé (ou chapelure)
20 grammes de comté

Laver les navets et les fanes.
Emincer les fanes et couper les navets en rondelles pas trop fines.
Cuire à l'étouffée avec un tout petit peu d'eau pendant 15 mn environ.
Egoutter et placer dans un plat à gratin.
Chauffer le beurre ou l'huile dans la casserole.
Ajouter la farine d'un seul coup et bien remuer.
Ajouter le lait petit à petit tout en remuant bien. La sauce doit être plutôt épaisse. Saler.
Verser sur les navets. Mélanger le pain ou la chapelure et le fromage râpé.
Parsemer sur le gratin.
Enfourner pour 15 mn à 180 °C et servir bien chaud.

Curry de blettes à la crème d'amande

Pour 2 personnes:

750 grammes de blettes
3 oignons rouges
1 pot de crème d'amande
1 cuillère à soupe de curry
1 cuillère à soupe d'huile d'olive vierge extra
sel et poivre

Bien laver les blettes et les couper en tranches d'environ 2 cm de haut.
Couper les oignons en lamelles et les mettre à suer dans une poêle avec l'huile d'olive à feu vif.
Après deux minutes ajouter les blettes, faire cuire encore 2/3 minutes, saler.
Ajouter la crème d'amande et le curry, faire cuir encore environ 7/8 minutes pour que la crème s'absorbe bien.
Donner quelques tours de moulin de poivre et servir aussitôt avec du riz, des tagliatelles, du quinoa ou autre céréale.

LE PANIER DES JARDINS DU BREIL

Le panier bio, local et solidaire du pays de Rennes
Année 2019 — Semaine 12

Légumes	Unité	Cons	PrixUnit	Duo	Mont	Famille	Mont
Blette	Botte	II	2.30	1	2.30		
Betterave crue	Kg	III	2.40			0.8	1.92
Oignon blanc	Botte	II	2.30			1	2.30
Radis noir	Kg	III	2.40	0.4	0.96	0.5	1.20
Poireau	Kg	III	2.70			0.8	2.16
Radis rose	Botte	II	1.30			1	1.30
Mâche	Kg	I	12.00	0.15	1.80	0.2	2.40
Navet nouveau	botte	II	2.30	1	2.30	1	2.30
Pomme de terre	Kg	III	1.90	0.6	1.14		
					8.50		**13.58**

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

Provenance des pomme de terre bio peau rose :
Poder (finistère)
Variété: Yona
Provenance des pomme de terre bio peau rose :
Xavier Moisière
Variété: Nicolas

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

JDB JARDINS DU BREIL
Tél. 02 99 54 52 71
site web : www.jardinsdubreil.fr

Changement dans les adhésions:

Comme vous le savez surement, une adhésion de 23,15 euros est a réglée chaque année pour pouvoir bénéficier des paniers de légumes.
Le prix de cette adhésion comprend l'inscription de 12 euros à notre association « espace-emploi » et l'inscription de 11.15 euros au réseau de cocagne auquel nous sommes affiliés.
A partir du 1 avril 2019, le réseau de cocagne a décidé d'augmenter le prix de sa cotisation. Elle sera maintenant de 12euros.
Ceci aura donc pour effet d'augmenter l'adhésion annuelle pour les paniers à 24 euros.
Merci pour votre compréhension.