

## Salade courgettes et fèves

- 4 petites courgettes vertes
- 4 poignées de fèves
- 1 oignon rouge
- 2 verts d'oignon
- 2 c. à s d'huile d'olive
- 1 c. à s d'huile de sésame
- 1 c. à s de vinaigre balsamique
- 2 c. à café de graines de cumin
- sel
- poivre

1) Écossez les fèves et plongez-les dans l'eau bouillante pendant 5 min. Puis, arrêtez la cuisson en les plongeant dans l'eau fraîche. Ensuite ôtez la peau des fèves et réservez-les.

2) Si vous utilisez des courgettes jaunes, faites-les cuire, coupées en rondelles, dans une poêle avec un peu d'huile pendant 5 minutes.

3) Si vous utilisez les petites courgettes vertes, ne les épluchez pas et coupez-les en fines lamelles.

4) Détaillez l'oignon rouge et le vert d'oignon en fines lamelles. Mélangez les différents ingrédients.

5) Ajoutez la vinaigrette et parsemez des graines de cumin.

## Pommes de terre nouvelles à la fleur de sel

1 kg de pommes de terre nouvelles (si elles sont grosses, les couper en 2 ou 3)  
1 grosse noix de beurre et une cuiller à soupe d'huile d'olive)  
4 gousses d'ail en chemises  
1 cuiller à soupe de gros sel  
1 branche de romarin  
Fleur de sel

Laver les pommes de terre et les faire revenir non épluchées dans une marmite avec beurre, huile d'olive, ail et gros sel.

Couvrir et les cuire environ 40 minutes à feu moyen.

Les remuer de temps en temps pour qu'elles dorent bien.

Servir avec de la fleur de sel..

# LE PANIER DES JARDINS DU BREIL

Le panier bio, local et solidaire du pays de Rennes

Année 2019 — Semaine 24

Légumes	Unité	Cons	PrixUnit	Duo	Mont	Famille	Mont
Pomme de terre nouvelle	Kg	III	4.70	0.4	1.88		
Carotte nouvelle	Botte	II	2.50	1	2.50	1	2.50
Salade	Pièce	I	1.20	1	1.20	2	2.40
Courgette	Kg	II	2.80	0.4	1.12	1	2.80
Fève	Kg	II	4.00	0.5	2.00	0.9	3.60
Oignon blanc	botte	II				1	2.30
					<b>8.70</b>		<b>13.60</b>

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

**A VOS AGENDAS !**  
**Journée portes ouvertes aux Jardins du Breil**  
**le samedi 21 septembre**



### 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)

### Nouvelles des salariés des jardins

Nous avons accueilli en début de mois une nouvelle salariée en insertion afin de palier au départ d'un ancien salarié. Celui-ci a en effet pu rentrer en formation agricole au CFPPA du Rheu.

Nous avons donc actuellement 17 personnes (8 femmes et 9 hommes) travaillant sur les jardins sous contrat d'insertion.

Grace à nos 2 bénévoles, 7 d'entre eux peuvent aussi bénéficier de cours de français.

Sur les derniers mois, nous avons pu mettre en place plusieurs PMSMP (des stages en entreprise) afin d'affiner les objectifs professionnels de plusieurs salariés dans le but à terme de retrouver un emploi plus stable.

Bonne semaine à tous