

Roulé aux blettes et au Comté

Pour 4 personnes :
1 botte de blettes
1 pâte feuilletée
Un peu de beurre
1 morceau de Comté
Un peu de parmesan
2 tranches de jambon blanc

Faites blanchir le vert des blettes (vous pourrez utiliser les cardes pour faire un gratin), puis égouttez les et passez les à la poêle avec une noix de beurre afin qu'elles rendent leur jus. Laissez refroidir.

Pendant ce temps, étalez la pâte feuilletée et rapez le Comté.

Lorsque les blettes sont tièdes, étalez-les sur la pâte feuilletée, saupoudrez de Parmesan. Recouvrez des 2 tranches de jambon et du Comté rapé.

Enroulez la pâte et la farce de manière à former un roulé (comme les gâteaux roulés à la confiture).

Enfournez 30 mn à 180°C.

Servez en entrée pour 4 personnes (ou en plat principal accompagné d'une salade pour 2 personnes).

Des bonnes idées recette !

Ne sachant quelle recette choisir, parmi toutes les possibilités à base de poivron, d'aubergines, de courgettes, j'ai décidé de partager avec vous un de mes sites favoris :

Allez visiter le blog « Un déjeuner de soleil », de la franco-italienne Edda.

Elle propose quantité de recettes d'inspiration italienne, mais pas uniquement (on y trouve aussi des recettes françaises, indiennes, thaïe...) et les légumes y occupent souvent une place centrale.

Si vous êtes en manque d'inspiration pour certains légumes, elle propose des articles qui regroupent « 30 recettes avec les courgettes » ou « 40 recettes avec les poivrons » par exemple.

Certaines recettes sont un peu trop détaillées pour que je puisse les proposer dans le « P'tit bio » (la place est limitée), mais elles valent le détour !

Il y a aussi de très bonnes recettes de dessert :-)

Et par ailleurs, si vous avez une bonne recette que vous aimeriez partager avec l'ensemble des adhérents, n'hésitez pas à nous l'envoyer par email !

Bonne cuisine!
Marie

LE PANIER DES JARDINS DU BREIL

Le panier bio, local et solidaire du pays de Rennes

Année 2019 — Semaine 33

Légumes	Unité	Cons	PrixUnit	Duo	Mont	Famille	Mont
Courgette	Kg	II	2.50	0.5	1.25	0.5	1.25
Aubergine	Kg	II	4.10	0.3	1.23	0.6	2.46
Tomate cerise	Kg	I	6.80	0.15	1.02		
Poivron	Kg	II	4.00	0.4	1.60	0.6	2.40
Salade	Pièce	I	1.20	1	1.20	1	1.20
Blette	Botte	II	2.30	1	2.30		
Haricot vert	Kg	II	6.70			0.8	5.36
Concombre	Pièce	II	1.10			1	1.10
					8.60		13.77

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

Haricots verts dans les paniers Famille : chaque panier a reçu 0.9 kg de haricots verts, au lieu des 0,8 kg indiqués, afin de compenser les éventuels haricots abîmés.

Portes ouvertes le samedi 21 septembre

Les Jardins du Breil vous invitent aux Portes ouvertes le samedi 21 septembre 2019, de 10h à 17h.

Au programme : la visite guidée des Jardins, des animations pour petits et grands, un marché de producteurs, et petite restauration et buvette prévues sur place.

A noter dans vos agendas ! Nous vous attendons nombreux et nombreuses, avec vos ami.e.s, en famille... !

Plus d'informations seront envoyées prochainement.