



Projet cofinancé par le
fond social européen



**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
www.jardinsdubreil.fr

Le panier bio, local et solidaire du pays de Rennes

Feuille de Choux — Semaine 17 — Année 2020

Panier Duo			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Blette vrac	3.90/kg	0.4	1.56
Oignon primeur	2.30/botte	1	2.30
Carotte primeur	2.50/botte	1	2.50
Pomme de terre	1.90/kg	0.5	0.95
Salade	1.20/pce	1	1.20
			8.51

Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Pomme de terre	1.90/kg	0.9	1.71
Salade	1.20/pce	2	2.40
Carotte primeur	2.50/botte	1	2.50
Oignon primeur	2.30/botte	1	2.30
Radis noir	2.40/kg	0.5	1.20
Betterave primeur	2.30/botte	0.5	2.00
Persil	1.20/pce	1	1.20
			13.61

Provenance des pommes de terre:
Coopérative PODER Finistère
Variété Allians

Actualité des Jardins : (dé?)confinement et livraisons...

Depuis le début du confinement, nous travaillons en équipe réduite (entre 4 et 6 salariés en insertion et les 3 encadrant.e.s) pour assurer la poursuite des paniers et surtout tenir le planning des plantations de printemps. Cela a fonctionné, grâce à nos salariés motivés et efficaces, mais la fatigue commence à se faire sentir !

Nous réfléchissons maintenant à la reprise du travail avec l'équipe au complet, qui demande une adaptation des lieux et de l'organisation du travail, et qui implique de pouvoir acheter gel hydro-alcoolique et masques homologués.

Pour ce qui est de la reprise des livraisons de paniers, c'est encore très flou. Nous savons quels dépôts resteront fermés, mais nous ne savons pas lesquels pourront rouvrir. **Si vous avez des info sur votre dépôt (centres sociaux, maisons de quartier, entreprise...) n'hésitez pas à nous les transmettre !**

Vous ne savez pas quoi faire et votre journal de bord du confinement ne vous amuse plus?

N'hésitez pas à nous envoyer par mail vos meilleures recettes faites avec nos légumes. Nous les partagerons sur les feuilles de choux des semaines à venir.

RADIS NOIR AUX ALGUES

Pour 4 :

- 1 gros radis noir
- 1 cuillère à soupe d'algues en paillettes
- 1 cuillère à café de sauce soja (soyu ou tamari)
- 2 cuillères à soupe d'huile de tournesol
- 1 échalote hachée
- 1 cuillère à soupe de graines de sésame
- persil

- préparer l'assaisonnement avec le soyu, l'échalote et l'huile ;
- éplucher, laver et émincer finement le radis noir ;
- mélanger avec l'assaisonnement et les algues ;
- saupoudrer de graines de sésame rapidement grillées à la poêle et de persil haché.

SALADE DE CAROTTES A LA JAPONAISE

Pour 4 :

- 2 carottes
- 1 navet (ou radis noir)
- 100 g de germes de soja
- 1 cuillère à soupe d'algues en paillettes
- 1 cuillère à café de soyu ou tamari
- 2 cuillère à soupe d'huile de sésame
- 2 cm de racine de gingembre râpé (ou qq gouttes de jus de citron)
- 1 cuiller à café de graines de sésame

- préparer l'assaisonnement dans le fond d'un saladier ;
- laver, peler et râper les carottes et le navet ;
- mélanger avec l'assaisonnement et les algues ;
- saupoudrer de graines de sésame rapidement grillées à la poêle.

Recettes de Brigitte Fichaux « *La nouvelle cuisine familiale* »,
envoyées par Véronique. Merci !