



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 27 – Année 2020

Panier Duo				Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total	Légumes	Prix	Qtité	Total
Tomate paola	2.90/kg	0.5	1.45	Oignon blanc botte	2.30/botte	1	2.30
Aubergine	4.20/kg	0.7	2.94	Salade	1.20/pce	1	1.20
Courgette	2.90/kg	0.6	1.74	Aubergine	4.20/kg	0.8	3.36
Salade	1.20/pce	1	1.20	Courgette	2.90/kg	0.6	1.74
Basilic ou persil	1.20/botte	1	1.20	Tomate cerise	6.90/kg	0.3	2.07
			8.53	Tomate paola	2.90/kg	0.6	1.74
				Persil	1.20/botte	1	1.20
							13.61

Merci d'anticiper vos annulations et reports de paniers pour les vacances ! A faire directement sur votre espace adhérent !)

Quelques rappels sur le fonctionnement :

Abonnement trimestriel : 1 annulation par trimestre

Abonnement annuel : 5 annulations par an

Au-delà de ces annulations, pour lesquelles le panier est décalé en fin d'abonnement; vous pouvez quand même reporter d'autres paniers mais dans ce cas il faudra doubler d'autres paniers pour compenser. Le calendrier sur votre espace adhérent vous permet de choisir les semaines où vous voulez doubler les paniers.

Dans tous les cas, les paniers doivent être reportés pendant la période d'abonnement. Ce n'est pas possible d'interrompre l'abonnement pendant plusieurs semaines puis de le reprendre (sauf pendant la période très exceptionnelle du confinement!). Si vous avez des demandes spécifiques (par exemple tripler certains paniers, vous pouvez nous contacter par email).

Commande de pains

N'oubliez pas de faire votre commande avant le samedi soir, pour le mardi suivant!

Le formulaire est à retrouver ici : <https://tinyurl.com/y7ozvqvn>

Tian de courgettes, tomates et chèvre sur riz

4 tomates, 3 courgettes

2 bâchettes de chèvre

4 parts de riz rond cuit

2 oignons, 2 gousses d'ail

3 cuil. à soupe d'huile d'olive

herbes de Provence, branches de thym, sel, poivre

Cuire le riz selon les indications de l'emballage.

Peler et émincer finement les oignons et l'ail. Les mettre à cuire tout doucement dans une poêle légèrement huilée, jusqu'à ce que les oignons soient translucides. Mélanger au riz cuit, dans le fond du plat à gratin. Salez et poivrez le tout. Tassez un peu.

Préchauffez votre four à 180°C.

Couper les tomates, les courgettes et le fromage de chèvre en belles tranches d'environ 5 mm d'épaisseur.

Déposer ces rondelles sur le riz, presque verticalement, en rangées serrées, en alternant les ingrédients. Tasser éventuellement, pour maintenir le gratin. Saupoudrer d'herbes de Provence, répartir les branches de thym. Saler et poivrer. Arroser d'un filet d'huile d'olive. Enfouir et laisser cuire une à deux heures, à feu doux. Recouvrir d'une feuille d'aluminium si les légumes se colorent trop ou se dessèchent. Les légumes doivent être bien cuits, fondants en bouche. Servir tiède et décoré de branches de thym.

Quiche aux aubergines et à la fête

1 pâte brisée, 1 grosse aubergine d'env. 400 g

200 g de feta, 4 gousses d'ail

3 œufs, 20 cl de crème liquide

2 c. soupe d'huile d'olive, ½ c. café de cumin en poudre

1 pincée de piment d'Espelette, sel, poivre

Préchauffer le four à 200°C. Étaler la pâte brisée dans un moule, la piquer une fourchette et la faire cuire à blanc 5 à 10 min.

Débiter l'aubergine en dés. Faire revenir l'aubergine dans la poêle avec de l'huile, l'ail et le cumin, pendant 10 min à feu moyen, jusqu'à ce que les aubergines aient rendu leur eau. Couper la feta en dés d'environ 1 cm de côté. Répartir les aubergines sur le fond de tarte précuit, avec les cubes de feta.

Dans une jatte, battre les œufs en omelette avec le piment et la crème. Saler et poivrer. Verser sur les aubergines. Enfouir et laisser cuire 30 min.