

Salade de chou rouge, pomme, carotte aux agrumes

1 chou rouge, 1 carotte, 1 pomme verte, 2 càs de vinaigre de cidre, 3 càs de jus de citron, 5 càs de jus d'orange, 1 càs d'huile d'oliv½, càc de cumin, poivre

Couper le chou en quatre, retirer le trognon et émincer le chou en lanières très fines. Eplucher la carotte et la râper grossièrement. Placer dans un saladier et arroser de vinaigre, puis laisser mariner 15 minutes.

Pendant ce temps, mélanger dans un bol les jus de citron et d'orange, le cumin, l'huile et 2 càs d'eau. Poivrer.

Laver la pomme et la couper en deux. Retirer le cœur et la détailler en petits morceaux, sans l'éplucher.

Ajouter la pomme et la sauce aux agrumes aux légumes. Mélanger et déguster.

Poireau rôti au four

3 poireaux, 2 oignons, 2 ou 3 pommes de terre, thym, laurier, romarin, 40 cl de bouillon de légumes, beurre, sucre, sel poivre

Douchez les poireaux, coupez la racine à ras, coupez-les en tronçons de 10/15 cm puis une fois dans la longueur. Plongez-les dans un grand volume d'eau salée bouillante pendant 1 ou 2 minutes, égouttez-les. Pelez pommes de terre et oignons puis coupez-les en tranches de 1 cm environ.

Beurrez légèrement la plaque du four. Déposez dessus les pommes de terre, les oignons puis les poireaux. Salez, poivrez, parsemez de thym, laurier et romarin. Versez par-dessus du bouillon, il en faut un bon centimètre dans la plaque, environ. Déposez quelques noisettes de beurre çà et là, et dispersez 3 ou 4 pincées de sucre.

Enfournez la plaque à 200°C et comptez 25/30 minutes de cuisson. Mais, mieux encore, fiez-vous à votre instinct : quand le bouillon aura disparu et que les légumes commenceront un peu à colorer (ou pas, c'est selon les goûts), sortez du four et admirez votre œuvre. Vous pouvez aussi la goûter.



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 09 – Année 2021

Panier Duo				Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total	Légumes	Prix	Qtité	Total
topinambour	2.70€/kg	0.4	1.08	mâche	12.0€/kg	0.15	1.80
mesclun	12.0€/kg	0.15	1.80	carotte	2.50€/kg	1	2.50
poireau	2.70€/kg	1	2.70	épinard	4.60€/kg	0.8	3.68
chou rouge	2.30€/kg	0.8	1.84	poireau	2.70€/kg	1	2.70
betterave cuite ou radis noir	4.00€/kg	0.3	1.20	chou rouge	2.30€/kg	0.8	1.84
	2.50€/kg	0.5		topinambour	2.70€/kg	0.4	1.08
			8.62				13.60

Pomme de terre Allians, origine Finistère
Carotte, origine Finistère

Nouvelles des salariés:

Nous accueillons 2 salariées cette semaine. Saïda commence ce lundi son accompagnement au sein des jardins. Marina est déjà salariée sur l'autre chantier d'insertion d'espace emploi: le chantier environnement. Elle sera avec nous pendant un mois pour découvrir le monde du maraichage biologique.

Nouvelles des cultures:

Nous avons pu finir le semis des oignons blancs, jaunes et rouges. Ils sont en train de lever tranquillement dans notre pépinière. Nous devrions commencer à les planter d'ici un mois.

Nous avons aussi semé les courgettes. Elles seront plantées dans un peu plus d'un mois. (les légumes d'été ne sont pas encore pour tout de suite...)

Avec le soleil de ces dernières semaines, nous espérons pouvoir commencer à travailler le sol dans nos champs. Nous allons donc essayer de semer des fèves cette semaine et pourquoi pas commencer la plantation des échalotes.