

Clafouti de tomates cerise

250g Tomates cerises, 1cuil. à café Origan, 4 Œufs, 120g Farine
60g Parmesan râpé, 30cl Lait, 1 Botte de ciboulette, 2cuil. à
soupe Huile d'olive, Sel, Poivre

Chauffez le four à th. 7 (210 °C). Equeutez les tomates cerises
puis faites-les revenir 3 min à la poêle avec l'huile, en secouant la
poêle. Rangez-les dans un moule.

Battez les œufs avec la farine et du sel. Délayez avec le
lait. Incorporez le parmesan râpé, la ciboulette ciselée et l'origan.
Versez sur les tomates tiédies. Faites cuire 25 min au four. Poi-
vrez. Dégustez tiède ou froid.

Carottes rôties au miel et au thym

1 botte de carottes, du miel, de l'huile d'olive et du thym

Couper les fanes des carottes en en laissant quelques centi-
mètres pour le côté esthétique (les fanes peuvent être utilisées
en pesto!).

Laver les carottes à l'aide d'une brosse à légumes (quand la
peau est fine il est inutile de les éplucher).

Mélanger le miel, l'huile, le thym dans une petite casserole et
laisser chauffer quelques minutes à feu doux afin que le mélange
devienne suffisamment liquide.

Disposer les carottes sur une plaque de cuisson recouverte de
papier cuisson ou dans un plat à gratin et les recouvrir du mé-
lange miel/huile/thym. Masser les carottes pour être sûr qu'elles
soient recouvertes du mélange de façon homogène. Saler et poi-
vrer.

Laisser cuire au four à 200° jusqu'à ce que les carottes soient
tendres !



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 40

Panier Duo				Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total	Légumes	Prix	Qtité	Total
Courgette	2.50€/kg	0.6	1.50	Aubergine	4.00€/kg	0.5	2.00
Aubergine	4.00€/kg	0.3	1.20	Tomate paola	3.30€/kg	1.20	3.96
Carotte	2.50€/kg	0.55	1.38	Tomate cerise	6.00€/kg	0.25	1.50
Tomate paola	3.30€/kg	1	3.30	Courgette	2.50€/kg	0.8	2.00
Salade	1.20€/pce	1	1.20	Carotte	2.50€/kg	0.7	1.75
			8.58	Salade	1.20€/pce	1	1.20
				Persil	1.20€/pce	1	1.20
							13.61

Dans les champs cette semaine:

Côté plein champ nous poursuivons la récolte des courges pour les stocker à l'abri. Lorsque les conditions de stockage sont optimales, c'est-à-dire dans un lieu sec, tempéré, bien aéré (température entre 12 et 15°C et hygrométrie de 70 à 75%), les courges peuvent se conserver jusqu'au mois d'avril, voire mi-mai pour certaines variétés!

Il nous faut aussi semer les engrais verts, qui couvriront le sol cet hiver et empêcheront le lessivage des nutriments, feront concurrence aux adventices, et apporteront de la matière organique au sol lorsqu'ils seront broyés au printemps.

Côté serres, nous étêtons les tomates de manière à stopper leur croissance et permettre aux derniers bouquets de mûrir, et oui, l'été est bel et bien fini!

Enfin, nous préparons également les serres pour les cultures primeurs, parmi lesquelles les blettes, oignons blancs, persil...