



Projet cofinancé par le  
fond social européen



**Pour annuler un panier  
Avant le lundi 8h**

- un e-mail : [paniers@jardinsdubreil.fr](mailto:paniers@jardinsdubreil.fr)

- un coup de fil : 02 99 54 52 71

- sur votre espace adhérent sur le site internet  
[www.jardinsdubreil.fr](http://www.jardinsdubreil.fr)

Le panier bio, local et solidaire du pays de Rennes

Feuille de Choux — Semaine 41

Panier Duo				Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total	Légumes	Prix	Qtité	Total
Aubergine	4.00€/kg	0.6	2.40	Chou rouge	2.30€/kg	0.9	2.07
Potimarron	2.70€/pce	1.1	2.97	Potimarron	2.70€/kg	1.6	4.32
échalote	5.20€/kg	0.2	1.04	Tomate cerise	6.00€/kg	0.2	1.20
Tomate paola	3.30€/kg	0.65	2.15	Courgette	2.50€/kg	1	2.50
			<b>8.57</b>	Pomme	2.00€/kg	0.75	1.50
				Oignon rouge	2.70€/kg	0.3	0.81
				Salade	1.20€/pce	1	1.20
							<b>13.60</b>

### Erratum sur la feuille de choux:

Nous avons laissé des coquilles sur la feuille de choux de la semaine dernière. Il n'y avait pas de poivrons prévus.

On en profite du coup pour passer une info:

Il y a sur les jardins des changements permanents sur les équipes de salariés en insertion. C'est le but du chantier: les personnes sont juste de passage chez nous le temps construire avec eux un avenir personnel et professionnel dans le milieu de l'emploi « classique ». Les équipes sont donc en perpétuel apprentissage et il y a parfois des erreurs dans la confection (légumes manquants ou abimés) ou la livraison des paniers.

Si cela vous arrive, pas de panique, un petit mail et nous compensons la semaine suivante.

Ps: même si je comprends la déception sur le coup de ne pas avoir tous ses légumes, merci de rester courtois dans vos mails....

### Nouvelles des salariés:

Nicolas est en stage toute la semaine à la feuille d'érable avec pour objectif de découvrir la conduite de poids lourds.

Nous avons aussi appris que Marie, une ancienne salarié en insertion qui a quitté les jardins cet été, est maintenant maraîchère à Montreuil le Gast.

## Aubergines grillées, sauce tahini et salade d'été

1 aubergine, 1 tomate ou une dizaine de tomates cerises, 1/2 concombre, 1 pincée d'herbes sèches (herbes de provenances, origan...), 1 yaourt de soja, 1 c à soupe de purée de sésame (tahini)

1 à soupe de jus de citron, 1 c à café de sirop d'érable, 1 c à soupe d'eau, 1 pincée de cumin, Huile d'olive, Vinaigre de votre choix

Coupez l'aubergine en deux et taillez des croisillons dans la chair sans percer la peau. Passez un peu d'huile d'olive sur la surface et saler puis enfournez pour environ 30 minutes à 200°C

Pendant que l'aubergine cuit, pelez le concombre et retirez les graines. Taillez-le en petits dés. Coupez les tomates cerises en 2 ou la grosse tomate en petits morceaux. Faites dégorger avec une pincée de sel pendant 10 à 15 minutes.

Egouttez et épongez concombre et tomates puis arrosez-les d'un peu d'huile d'olive et de quelques herbes sèches. Réservez.

Mélangez une pincée de sel, un tour de poivre, une cuillère à soupe de vinaigre (balsamique, vin ou cidre) et deux d'huile d'olive. Réservez.

Lorsque les moitiés d'aubergine sont tendres et bien dorées, coupez le four.

Au moment du dressage : tartinez généreusement chaque demi-aubergine de sauce yaourt-tahini.

Ajoutez une ou 2 cuillères à soupe de salade. Puis arrosez d'une peu de vinaigrette. Parsemez d'herbes et servez votre aubergine grillée sauce tahini

## Salade de choux rouges, pomme, noix et roquefort

1 petit chou rouge, 1 belle pomme, 125 g de cerneaux de noix

125 g de roquefort, 1 sauce vinaigrette à l'huile de noix

Retirer les premières feuilles du chou. Le couper en quatre puis le passer sous l'eau fraîche. Retirer les côtes puis le couper en lanières au robot. Etape facultative : il est possible de faire blanchir les lanières du chou une minute dans de l'eau bouillante salée, de l'égoutter puis de le passer sous de l'eau fraîche, laisser de nouveau bien égoutter, si besoin, presser pour ôter l'excédent d'eau. Peler les pommes, retirer le cœur et les pépins. Les couper en tranches puis en bâtonnets. Émietter le roquefort.

Répartir le chou rouge dans un saladier, ajouter les bâtonnets de pomme, les cerneaux de noix et le roquefort.

Verser la sauce sur les ingrédients de la salade, mélanger pour bien enrober le tout.