

Salade verte, lardons, et toast au fromage de chèvre et herbes de Provence

1 salade verte, 200g de petits lardons, quelques tranches de pain, 1 bûche de fromage de chèvre, de l'huile d'olive, herbes de Provence, miel (facultatif)

Laver la salade verte et préparer une vinaigrette. Disposer les tranches de pain sur une plaque allant au four recouverte de papier sulfurisé. En fonction de leur taille, mettre 1 ou 2 rondelles de fromage de chèvre (pas trop fine, sinon elles sèchent et durcissent à la cuisson). Verser un filet d'huile d'olive sur le pain et le fromage, saupoudrez d'herbes de Provence, et pour celles et ceux qui aiment le sucré-salé, rajouter un peu de miel directement sur le fromage. Faire cuire au four quelques minutes. Pendant ce temps, faire revenir les lardons à la poêle. Les ajouter à la salade verte lorsque les toasts sont prêts, et déguster aussitôt!

Boulettes de fromage et épinards

1 kg d'épinards lavés, 500 g de ricotta (ou autres fromages), 2 œufs, 2 gousses d'ail, 4 c. à soupe de chapelure, huile d'olive, sel poivre

Faites chauffer dans une poêle de l'huile avec les gousses d'ail coupées en petits morceaux, et faites cuire les épinards pendant 10 min. Réservez-les dans un récipient. Battez les œufs dans un saladier avec le sel et le poivre. Ajoutez-y les épinards refroidis, le fromage, puis la chapelure jusqu'à obtenir la consistance voulue. Formez des petites boulettes et faites-les frire légèrement. Accompagnez ces boulettes avec du riz, c'est délicieux!



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 14

Panier Duo				Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total	Légumes	Prix	Qtité	Total
Epinard	4.60€/kg	0.5	2.30	Mesclun	12.0€/kg	0.17	2.04
Persil	1.20€/p	1	1.20	Chou fleur	2.80€/pce	1	2.80
Salade	1.20€/p	1	1.20	Navet botte	2.30€/b	1	2.30
Mesclun	12.0€/kg	0.17	2.04	Epinard	4.60€/kg	0.70	3.22
Chou cabus blanc	2.30€/kg	0.8	1.84	Persil	1.20€/p	1	1.20
			8.58	Oignon blanc	2.30€/p	1	2.30
							13.76

Appel à bénévoles :

Nous recherchons des personnes bénévoles pour dispenser des cours de français à des salariés non francophones du Jardin, sur 1h ou plus, les jours et horaires étant à définir ensemble sur la semaine.

Aucun diplôme d'enseignement n'est demandé. Cependant, vous pourrez bénéficier d'un accompagnement dans vos cours par La Peol (Plate-forme d'Evaluation et d'Orientation Linguistique) à laquelle Espace Emploi a récemment adhéré. Si vous êtes intéressés, n'hésitez pas à nous contacter via le mail suivant : paniers@jardinsdubreil.fr

Dans les champs cette semaine :

Ca y est, les tomates sont plantées! Le chantier a été mené en fin de semaine dernière, c'est parti pour l'été! Cependant, nous devons rester vigilants avec les nuits fraîches et les périodes de gel qui peuvent détruire les jeunes plants.

Ainsi, aussitôt après la plantation, nous avons recouvert les plants de tomates d'un « P19 », un voile thermique blanc posé sur des arceaux et qui protège du gel. Il faudra découvrir les planches de culture en journée pour favoriser l'apport d'un maximum de lumière et éviter la surchauffe, et le remettre le soir. Beaucoup de manipulations en perspective!