

## Salade asiatique de chou rouge, carottes, noix de cajou et basilic

*1/4 de chou rouge, 3 carottes, 3 oignons nouveaux, 40g de noix de cajou, quelques brins de persil.*

Commencez cette recette de salade asiatique en détaillant le chou rouge en fines lamelles. Pelez, rincez et coupez les carottes en fins bâtonnets. Émincez les oignons nouveaux en conservant quelques centimètres de tige verte. Concassez les noix de cajou.

La sauce: Dans un bol, mélangez l'huile de colza, le jus de citron vert, le vinaigre de riz, la sauce soja, la sauce aigre-douce et quelques pincées de piment. Ajustez l'assaisonnement en sel et en poivre, si nécessaire

Dressez le chou et les carottes dans des bols. Ajoutez les oignons, les noix de cajou et le persil cisellé. Présentez la sauce à part.

## Pesto de persil

*10 grammes de persil poids des feuilles et les tiges minces (ce qui correspond à environ 1/2 bouquet de persil),  
10 grammes d'amandes en poudre, 1 gousse d'ail,  
15 grammes de parmesan, 30 grammes d'huile d'olive,  
2 pincées de sel, 2 pincées de poivre*

Dans le bol haut du mixeur plongeant, mettre le persil (il faut 15 grammes sans les grosses tiges), la poudre d'amandes, le parmesan, la gousse d'ail épluchée et coupée en morceaux, le sel et le poivre. Mixer afin de hacher tout l'ensemble. Puis ajouter l'huile d'olive et mixer jusqu'à obtenir la consistance désirée.

Mettre dans un pot et réserver au réfrigérateur.

Ce pesto de persil se conserve 1 semaine au réfrigérateur dans un pot bien fermé.

Il peut se servir seul avec des pâtes, servir de base pour les pizzas ou en sauce pour accompagner un plat.



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 17

Panier Duo				Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total	Légumes	Prix	Qtité	Total
Chou rouge	2.30€/kg	0.7	1.61	persil	1.20€/p	1	1.20
Carotte botte	2.50€/p	1	2.50	Chou fleur (petit)	2.20€/pce	1	2.20
Blette botte	2.30€/p	1	2.30	Blette	2.30€/p	1	2.30
persil	1.20€/p	1	1.20	Chou rave	1.20€/p	2	2.40
Salade	1.20€/p	1	1.20	Salade	1.20€/p	1	1.20
			<b>8.81</b>	Carotte botte	2.50€/p	1	2.50
				Chou rouge	2.30€/kg	0.8	1.84
							<b>13.64</b>

## Appel aux dons : table d'extérieur et salon de jardin

Avec l'arrivée des beaux jours, on est nombreux à vouloir refaire notre jardin. Nous avons pour le moment quelques bancs et tables en palette mais qui commence à vieillir. Si vous avez un ancien salon de jardin dont vous voulez vous débarrasser, on est preneur pour refaire le coin de pause des salariés en parcour. Hésitez pas à nous contacter. Merci d'avance.

## Petit point sur les légumes primeurs:

Un nouvel arrivant dans les légumes primeur: le chou-rave. Nous en n'avons pour le moment pas assez à maturité pour tous les duos mais cela viendra.

Les fenouils, betteraves et pommes de terre nouvelles vont bientôt arriver. Ils seront dans les paniers d'ici une ou deux semaines.

Cette semaine est très probablement la dernière tournée de blette. Certains pieds commencent à monter en graine. De plus les pucerons sont généralement très friands de ce genre de feuilles. Avant d'en faire un élevage et de potentiellement contaminer toute la serre, nous allons les arracher cette semaine. Si vous voulez les photos sont disponibles sur le facebook des jardins du breil.