

## Gratin de courge longue de Nice

1 courge longue de Nice, 600ml de béchamel, 1 gousse d'ail pelée dégermée et écrasée, 15g de gingembre pelé et écrasé, du thym, 1 demi oignon haché, sel & poivre, 200g de fromage râpé

Peler la courge et la découper en cubes. Dans une marmite, chauffez l'huile, ajouter l'oignon émincé, le faire roussir, puis ajouter l'ail et le gingembre, les faire revenir quelques secondes, puis ajouter les morceaux de courge, le thym, le sel et le poivre, remuer le tout à feu vif pendant quelques minutes, en prenant garde que cela n'attache pas. Ajouter de l'eau jusqu'à mi hauteur et porter à ébullition. Laisser cuire pendant environ 20 minutes.

Au bout de ce temps, préchauffer le four à 200°C (th. 6/7). Dans 2 plats à gratin individuel, disposer la courge cuite, napper de sauce béchamel et ajouter le fromage. Enfournier pendant 10 minutes, après cela, mettre le four sur grill et laisser le fromage gratiner.

## Velouté de navets violets

2 navets blancs, 50 cl de lait, 20 cl de crème fraîche épaisse, 50 g de farine, 1 pincée de noix de muscade, 50 g de beurre, Sel, poivre

Lavez soigneusement les navets. Epluchez-les et détaillez-les en petits cubes. Faites chauffer une grande casserole d'eau. Aux premiers bouillons, jetez-y les cubes de navets. Pendant ce temps, préparez une sauce blanche assez fluide. Dans une casserole, faites fondre le beurre. Ajoutez la farine d'un seul coup et mélangez bien. Versez ensuite peu à peu le lait, tout en continuant de remuer. Lorsque la sauce blanche a légèrement épaissi, assaisonnez avec le sel, le poivre et la noix de muscade. Réservez. Egouttez les navets. Mixez-les au blender ou au pied à soupe jusqu'à l'obtention d'une purée homogène. Incorporez cette purée de navets à la sauce blanche et mélangez bien. Ajoutez la crème fraîche épaisse pour donner une consistance onctueuse. Servez le velouté de navets bien chaud dans des bols. Décorez d'un brin de persil et de quelques croûtons.



Cofinancé par  
l'Union européenne



**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 42

Panier Duo				Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total	Légumes	Prix	Qtité	Total
Salade	1.20€/p	1	1.20	Navet violet	2.50€/kg	0.5	1.25
Mesclun	12.00€/kg	0.15	1.80	Aubergine	4.00€/kg	0.5	2.00
Courge longue de Nice	2.40€/kg	1	2.40	Salade	1.20€/kg	1	1.20
Pomme de terre	2.00€/kg	1	2.00	Tomate paola	3.00€/kg	0.4	1.20
Poivrons	4.00€/kg	0.3	1.20	Pomme de terre	2.00€/kg	1	2.00
			<b>8.60</b>	Courge longue de Nice	2.40€/kg	1.20	2.88
				Mesclun	12.00€/kg	0.25	3.00
							<b>13.53</b>

Pomme de terre.  
Variété Rosabelle: chair tendre

## Rappel: Parrainage de nouveaux adhérent.e.s!

A la recherche de nouveaux adhérent.e.s, nous vous proposons de parrainer vos ami.e.s, voisin.e.s, collègues aux Jardins du Breil.

Pour chaque nouvel abonnement en trimestriel, nous vous rajoutons un panier en fin d'abonnement, et pour chaque nouvel abonnement annuel, deux paniers vous sont offerts. Il suffit pour cela que les nouveaux inscrits nous communiquent votre nom et prénom à leur adhésion, Pensez-y! :)

## Dans les champs cette semaine :

L'ensemble des courges a enfin été mis à l'abri, les engrais verts pour couvrir et amender le sol vont être semés à leur suite.

Les plantations sous abri se poursuivent : mâche, épinards, semis de navet nouveaux. L'hiver, il est confortable d'avoir des serres pour travailler au sec et au chaud, mais on est quand même bien contents de retrouver la pluie!