

Carpaccio de green meat et concombres

1 grand radis green meat, 1 concombre, graines de sésame, 1 cas vinaigre de riz, 3 cas sauce nem, 1 cas sucre.

Laver les légumes et les trancher finement à la même épaisseur; les disposer en carpaccio en alternant radis et concombres; préparer la vinaigrette en mélangeant 1 cas de vinaigre de riz, 3 cas de sauce nem, 1 cas de sucre; remuer jusqu'à complète dissolution du sucre.

A l'aide d'un pinceau, badigeonner le carpaccio de sauce; saupoudrer le tout de graines de sésame; laisser reposer 30min avant de déguster.

Tarte salée aux 3 poivrons et mozzarella

1 pâte feuilletée, 3 poivrons de couleur différente, quelques tomates cerise, 1 mozzarella, un peu de gruyère, un peu de crème fraîche, moutarde à l'ancienne, 2 œufs, sel, poivre.

Mettez la pâte feuilletée ou brisée dans le fond d'un moule à tarte.

Badigeonnez le fond de moutarde à l'ancienne. Déposez les tranches de mozzarella, le gruyère, les tomates en rondelles, les poivrons coupés en petits dès uniformes.

Dans un plat mélangez les œufs, la crème, le persil sel et poivre. Versez la préparation sur le dessus.

Mettez au four à th.6 (180° C).

Dégustez chaud ou froid.



Cofinancé par
l'Union européenne



**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 38

Panier Duo				Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total	Légumes	Prix	Qtité	Total
Radis green meat	2.60€/kg	0.5	1.30	Radis green meat	2.60€/kg	0.5	1.30
Tomate ancienne	4.40€/kg	0.5	2.20	Concombre	1.50€/p	1	1.50
Concombre	1.50€/p	1	1.50	Tomate cerise	8.20€/kg	0.3	2.46
Poivron	4.40€/kg	0.4	1.76	Courgette	3.00€/kg	0.9	2.70
Courgette	3.00€/Kg	0.8	2.40	Haricot vert	8.20/kg	0.4	3.28
			9.16	Tomate Paola	3.30€/kg	1	3.30
							14.54

Focus sur le radis green meat

Les **radis Green Meat** se distinguent facilement par leur forme et leur couleur. La moitié supérieure est de couleur vert tendre et la moitié inférieure est de couleur blanche.

C'est un radis d'hiver. Sa texture est croquante, juteuse et sa **savoir** est fraîche et un peu piquante. Il est super bon au goût, et pour la santé!

Côté cuisine vous pouvez le servir tel quel ou en mélange avec un autre radis, tranché finement à la mandoline par exemple. Vous pouvez aussi le servir, toujours tranché finement, avec des petits sauces trempettes à base de crème ou de fromage frais. Râpé, il accompagne très bien des sushis ou des sashimis.