

Rouleaux de chicorée pain de sucre

chicorée pain de sucre d'env. 500 g, 6 à 8 feuille détachées, le reste en fines lamelles, eau salée bouillante, 1 oignon finement, 1 gousse d'ail finement hachée, 4 cm de gingembre finement râpé, 200g de tofu fumé râpé 1 à 2 cs de sauce soja, 2 cc de sambal oelek, 2dl de bouillon de légumes, 50g de gruyère râpé, sel, poivre

Faire blanchir les feuilles pendant env. 30 secondes dans l'eau salée bouillante. Les sortir et les poser sur un linge de cuisine propre.

Dans une poêle, ajouter le gingembre, l'ail et l'oignon et faire griller brièvement. Ajouter la chicorée pain de sucre et le tofu et bien faire griller pendant env. 10 minutes en remuant. Verser la sauce soja, recouvrir et laisser mijoter jusqu'à ce que la chicorée pain de sucre soit tendre. Faire réduire sans couvrir le liquide produit. Assaisonner avec le sambal oelek, le sel et le poivre. Laisser un peu refroidir la farce et répartir env. 2 cs sur les feuilles préparées. Poser 2 feuilles les unes sur les autres, rabattre les bords et faire les rouleaux à partir de l'autre côté. Poser dans le moule à gratin, verser le bouillon et saupoudrer de fromage.

Faire gratiner pendant env. 30 minutes au milieu du four préchauffé à 200° C. Sortir du four et servir

Cake moelleux au potimarron et aux noix

*350 g de pulpe cuite de potimarron, 125 g de farine, 125 g de beurre mou, 125 g de sucre, 3 œufs, 65 g de cerneaux de noix, 1/2 citron, 1/2 orange, 1 sachet de levure chimique
2 c. soupe de rhum*

Préchauffez le four à 150°C (th. 5). Réduisez la pulpe de potimarron en purée à l'aide d'un moulin à légumes puis incorporez-lui les cerneaux de noix finement écrasés.

Tamisez la farine et la levure.

Dans une terrine, mélangez au fouet le beurre et le sucre jusqu'à obtenir la consistance d'une crème légère.

Ajoutez un œuf et dès que la préparation est de nouveau homogène, incorpore le 2e œuf, puis le 3e de la même façon.

Introduisez la farine et la purée de potimarron aux noix.

Râpez les zestes des deux agrumes, parfumez au rhum, mélangez.

Versez cette préparation dans un moule à cake antiadhésif. Cuire une heure. Retirez du four, démoulez et laissez refroidir sur une grille.



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 43

Panier Duo			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Tomate ancienne	4.40€/kg	0.65	2.86
Chou romanesco	2.10€/p	1	2.10
Betterave cuite	4.80€/kg	0.4	1.92
Potimarron	2.90€/Kg	0.75	2.18
			9.06

Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Chicorée pain de sucre	2.30€/p	1	2.30
Potimarron	2.90€/kg	0.85	2.47
épinard	5.00€/kg	0.7	3.50
Brocolis	3.50€/kg	0.4	1.75
Chou-fleur	2.90€/p	1	2.90
Tomate Paola	3.30€/kg	0.5	1.65
			14.57

Focus sur l'association intermédiaire d'espace emploi:

Espace emploi se compose de 2 chantiers d'insertion: maraichage et environnement, un point accueil emploi basé à Pacé qui accueille les demandeurs d'emploi du secteur et une association intermédiaire:

L'Association Intermédiaire se positionne dans le champ de l'économie sociale et solidaire.

Elle accompagne les personnes en difficultés dans la construction de leur projet professionnel en leur proposant des expériences en situation de travail afin de répondre à un besoin d'activité, la découverte de nouveaux métiers, la découverte d'employeurs locaux...

L'objectif est de mener les salariés vers l'emploi durable ou la formation.

L'AI intervient auprès des collectivités, des particuliers, des entreprises et des associations en mettant à disposition du personnel pour répondre aux besoins de ; remplacements, renforts, services à domicile, ménage, jardinage...

SI vous habitez sur le secteur du Syrenor (Gevezé, Parthenay, Clayes, Saint-Gilles, Pacé, Vezin, Montgermont, la Chapelle des Fougeretz, Pays de Bécherel) ou sur Rennes quartier Villejean, Beauregard et que vous avez des besoins chez vous ou dans votre entreprise, n'hésitez pas à nous contacter au 02.99.60.14.55