

Topinambours rôtis à l'ail, citron et persil

500 g de pommes de terre, 500 g de topinambours, 4 gousses d'ail écrasées, 5 cl d'huile d'olive, 1 jus de citron, 1 c. café de miel, 1/2 botte de persil

Éplucher les pommes de terre. Les couper en deux dans le sens de la longueur. Les précuire à la vapeur : elles doivent être encore fermes.

Pendant ce temps, Préchauffer le four à 200°C puis laver et brosser les topinambours. Les couper en tranches de 5 mm environ. Si vous les aimez très fondants, les faire pré-cuire également 5 min.

Dans un plat allant au four, préparer la sauce en mélangeant miel, jus de citron, ail écrasé, sel, poivre et enfin l'huile d'olive. Ajouter les légumes précuits. Mélanger le tout pour bien enrober tous les légumes de cette sauce.

Cuire 40 min au four, en remuant une ou deux fois pendant la cuisson.

Curry de Courge Musquée à la coriandre

1 kg de courge musquée pelée et coupée en gros morceaux, 1 oignon haché, 2 gousses d'ail hachées, 1 morceau de gingembre (env. 3 cm) râpé, 1 càs de curry, 1 càc de curcuma, 1 càc de cumin, 400 ml de lait de coco, 400g de tomates concassées, 1 càs de concentré de tomate, 2 càs d'huile d'olive

Dans une grande casserole, faites chauffer l'huile d'olive et faites revenir l'oignon haché, l'ail et le gingembre râpé jusqu'à ce qu'ils soient tendres et parfumés. Ajoutez la poudre de curry, le curcuma et le cumin et faites griller les épices pendant 1-2 minutes pour libérer tous leurs arômes.

Ajoutez les tomates concassées, le concentré de tomate et le lait de coco. Portez le mélange à ébullition et ajoutez les morceaux de courge. Réduisez le feu et laissez mijoter le curry pendant environ 25-30 minutes, jusqu'à ce que la courge soit tendre mais encore ferme. Assaisonnez le curry avec la coriandre en fin de cuisson.

Ce plat peut être mangé nature ou avec du riz par exemple.



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 du 17/12/2024

Panier Duo			
Légumes	Prix	Qtité	Total
mâche	13.20€/kg	0.16	2.11
Courge musquée	2.70€/kg	0.9	2.43
Pomme de terre	2.20€/kg	0.9	1.98
coriandre	1.30€/p	1	1.30
topinambour	3.00€/kg	0.4	1.20
			9.02

Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Courge longue de Nice	2.70€/kg	1.4	3.78
persil	1.30€/p	1	1.30
Mâche	13.20€/kg	0.22	2.90
Pomme de terre	2.20€/kg	1	2.20
carotte	2.90€/kg	1	2.90
Topinambour	3.00€/kg	0.5	1.50
			14.58

Rappel du calendrier de distribution des paniers:

Votre planning de paniers sera modifié pendant les vacances de Noël.

La semaine de Noël (S52):

Tous les paniers (mardi, mercredi et jeudi) seront à venir chercher directement aux jardins. Les paniers seront disponibles pour tout le monde dès le lundi 23/12 à partir de 15h30.

La semaine du 1er de l'an (S01):

Pour les abonnés des points de dépôt du mardi et du mercredi:

- Tous les paniers seront à venir chercher directement aux jardins le lundi à partir de 15h30.

Pour les abonnés des points de dépôt du jeudi:

- Les paniers des abonnés "A table capucine" seront à venir chercher aux jardins le jeudi 02/01 à partir de 10h30

-les paniers des abonnés "pie muette", "maison du Ronceray" et "carrefour 18" seront livrés à carrefour 18 à partir de 10h30.

-les paniers destinés aux adhérents de Rennes Métropole seront livrés comme d'habitude.

Pour ceux qui ne sont jamais venus: l'adresse des Jardins est : Le grand Breil à Rennes. Les paniers sont déposés dans un algéco jaune et blanc situé le long du chemin derrière le bâtiment des Jardins. Il sont accessibles 24/24. Merci de venir au plus tôt afin d'éviter les vols éventuels.

Si vous souhaitez annuler des paniers, merci de le faire avant 8h lundi 23/12