

Lasagne courgette aubergine mozza

2 courgettes, 1 aubergine, 3 tomates, 4 boules de mozza tranchées finement, pâte à lasagne, coulis de tomate, huile d'olive, sel, poivre, herbes de Provence

Trancher les courgettes et aubergines dans la longueur, passer les tranches sous le grill avec un peu d'huile d'olive, de fleur de sel, de poivre et d'herbes de Provence.

Dans un plat à gratin de taille moyenne, disposer un fond de coulis de tomate, une couche de pâtes à lasagne, une couche de tomate tranchée, une couche de tranches de courgettes et aubergines grillés, une couche de tranches de mozza puis on recommence sauce pâte légumes fromage jusqu'à épuisement des ingrédients, en finissant par la mozza.

Enfourner au th 6 (180°C) pour 35 à 40 min.

Quiche courgette chèvre

pâte feuilletée, courgettes, 100 g d'emmental râpé, 4 œufs, 1 bûche de chèvre, 25 cl de crème liquide, cheddar râpé, sel, poivre, muscade

Précuire la pâte feuilleté 10 min au four à 180°C,

Couper la courgette en petit dés et la faire revenir à la poêle avec un peu d'huile.

Casser les 4 œufs dans un saladier.

Ajouter la crème liquide, les courgettes, l'emmental râpé, les lardons. Mélanger le tout, rectifier l'assaisonnement et répartir sur la pâte.

Disposer les tranches de chèvre et parsemer de cheddar râpé.

Enfourner pour 30 min.

Le panier bio, local et solidaire du pays de Rennes

Feuille de Choux du 23/06/2025

Panier Duo				Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total	Légumes	Prix	Qtité	Total
Tomate Paola	3.80€/kg	0.75	2.85	Haricot vert	9.00€/kg	0.5	4.50
Tomate cerise	8.80€/kg	0.10	0.88	courgette	3.60€/kg	0.75	2.70
Aubergine	4.80€/kg	0.26	1.25	Tomate ancienne	4.90€/kg	1.00	4.90
Carotte primeur	2.90€/b	1	2.90	Oignon blanc	2.50€/b	1	2.50
Courgette	3.60€/kg	0.6	2.16	Salade	1.40€/p	1	1.40
			10.04				16.00

Actu des champs:

Sous serre: A la faveur des grosses chaleurs de ces derniers jours, la saison de récolte de tomates est lancée (une semaine plus tôt que l'année dernière).

Nous avons planté la semaine dernière la dernière série de melon et nous devons planter la dernière série de concombre cette semaine.

Le temps clément que nous avons depuis quelques temps a aussi boosté la reproduction des pucerons sous serres. C'est la raison pour laquelle nous n'arrivons pas à mettre de concombre dans les paniers. Les aubergines et les poivrons sont aussi touchés. Nous avons pulvérisé du savon noir pour contenir l'invasion. Nous espérons que tout rentrera dans l'ordre par la suite.

En plein champs: une partie des choux a été planté, il nous reste à planter cette semaine les choux fleurs, brocolis et romanesco. Nous avons aussi une deuxième série de betteraves à planter et surtout le gros chantier en prévision: la plantation des poireaux. Ce chantier peut s'étaler une à 2 semaines.

Il nous restera aussi une dernière série de carotte à semer. Nous attendons pour cela des températures un peu moins élevée pour pouvoir les arroser et avoir une bonne germination des graines.