

## Haricots rouges et blettes, sauce beurre de cacahuètes.

1 botte de blettes, hachées grossièrement, 15 ml huile d'olive, 1 oignon, haché grossièrement, 2 gousses d'ail écrasées, 1 càc cumin, 1/2 càc gingembre, 400 g tomates concassées, 4 càs beurre de cacahuètes, 600 g haricots rouges, cuits, rincés et égouttés, 15 ml sauce soja

Blanchir les blettes 5 à 7 minutes dans de l'eau bouillante. Faire chauffer l'huile d'olive dans une sauteuse. Ajouter l'oignon, les épices et les blettes bien égouttées, et faire sauter 2 minutes. Ajouter les tomates, le beurre de cacahuètes, les haricots rouges et la sauce soja. Mélanger et cuire 10 minutes. Servir avec un peu de coriandre si désiré.

## Crème de céleri

1 céleri, 2 pommes de terre, 1 oignon jaune, 3 feuilles de laurier, sel, poivre

Éplucher et laver le céleri rave, le couper en gros morceaux. Faire de même avec les pommes de terre. Éplucher l'oignon, le hacher, puis le faire revenir dans une casserole avec du beurre. Y ajouter le céleri puis les pommes de terre, les faire revenir quelques minutes, puis ajouter 1L d'eau et les feuilles de laurier. Saler, poivrer, et faire cuire jusqu'à ce que le céleri devienne tendre. Mixer le tout et servir bien chaud avec une pointe de crème fraîche et quelques croutons de pain.

Le panier bio, local et solidaire du pays de Rennes

Feuille de Choux du 12 et 13/11/2025

Panier Duo			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Potimarron	2.70€/p	1	2.70
Salade	1.40 €/p	1	1.40
Oignon jaune	3.00€/Kg	0.5	1.50
Céleri rave	3.40€/kg	0.7	2.38
Pomme de terre	2.40€/kg	0.9	2.16
			<b>10.14</b>

Pomme de terre : variété Maiwenn chair ferme

Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Tomate cerise	8.80€/kg	0.3	2.64
Mesclun	13.50€/kg	0.27	3.65
Oignon jaune	3.00€/kg	0.5	1.50
Navet	3.00€/kg	0.3	0.90
Potimarron	3.60€/p	1	3.60
Blette	2.50€/Kg	1	2.50
Persil	1.30€/p	1	1.30
			<b>16.09</b>

## Révision du Schéma d'Aménagement et de Gestion des Eaux (SAGE) : faites entendre votre voix!

Le SAGE Vilaine, est un document local de planification qui fixe les règles pour protéger et gérer durablement l'eau et les milieux aquatiques à l'échelle d'un bassin versant. Il est actuellement en consultation publique jusqu'au **14 novembre 2025**. Sa révision vise à renforcer la protection de l'eau et à adapter les règles aux nouveaux enjeux du territoire.

Pour rappel, sur le bassin de la Vilaine, l'eau reste massivement polluée : seuls **8 % des masses d'eau** sont en bon état écologique, alors que **72 % de notre eau potable** provient des rivières et barrages — des milieux directement exposés aux pollutions diffuses.

### Ce que nous devons défendre en particulier à cette occasion :

- L'interdiction de l'usage des pesticides de synthèse sur les aires d'alimentation de captage, avec un accompagnement des fermes vers des pratiques alternatives ;
- La protection stricte des zones humides, essentielles à la régulation des eaux, à la biodiversité et à la résilience de nos territoires ;

**Pourquoi c'est crucial d'agir aujourd'hui ?** Certaines voix demandent la suppression des règles d'interdiction d'herbicides mais sur les zones à risque d'érosion et la possibilité de détruire les zones humides dès le premier mètre carré. Face aux enjeux auxquels nous faisons face, nous n'avons plus le choix que d'adopter des pratiques permettant de préserver la qualité de l'eau, et les agriculteurs bio montrent chaque jour que cela est possible.

**Comment agir concrètement :** Déposez votre contribution sur le registre officiel **avant le 14 novembre**: <https://www.registre-dematerialise.fr/6738/>