

Pâtes aux poireaux, sauce courge et fromage frais

400g de penne, 1 oignon, 100g de fromage frais, 6cl de lait, 300g de courge épluchée, 400g de poireau, persil, poivre

Couper la courge en gros morceaux sans l'éplucher.

Porter à ébullition une casserole d'eau et faire cuire 10-15 minutes. Egoutter, laisser refroidir, puis gratter la chair avec une cuillère.

Verser la courge dans un saladier avec le fromage à tartiner et le lait. Mixer. Ajouter un peu de lait si besoin jusqu'à obtenir un coulis. Poivrer.

Mettre à chauffer le coulis sur feu doux jusqu'au moment du service.

Laver le poireau et l'oignon et émincer. Faire revenir le poireau et l'oignon ensemble. Laisser cuire environ 15 minutes à feu moyen en mélangeant de temps en temps.

Cuire les pâtes. Mélanger les pâtes avec le poireau et l'oignon cuits et servir. Ajouter par-dessus le coulis de courge et un peu de persil ciselé.

Omelette aux blettes

1 botte de blettes, 15 ml huile d'olive, 1 oignon émincé, 6 œufs, 5 càs persil ciselé, 50 g parmesan

Émincer grossièrement les blettes (tiges et feuilles). Cuire les blettes (dix minutes à l'autocuiseur) ou 10 min à l'eau bouillante. Faire chauffer un peu d'huile d'olive dans une poêle, ajouter l'oignon et les blettes cuites et faire revenir 5 minutes. Dans un saladier, fouetter les œufs, ajouter le persil, le parmesan, puis les blettes, saler, poivrer, mélanger. Mettre un peu d'huile d'olive dans une poêle, verser la préparation, couvrir et cuire 20 minutes à feu doux. Retourner délicatement l'omelette avec un plat, puis la faire glisser dans la poêle huilée et cuire de nouveau 10 minutes sans couvercle.



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 04 et 05/03/2026

Panier Duo			
Légumes	Prix	Qtité	Total
poireau	3.00€/kg	1	3.00
Blette	2.50€/b	1	2.50
Carotte	3.00€/kg	0.8	2.40
Courge	2.90€/kg	0.8	2.32
			10.22

Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Navet primeur	2.50€/b	1	2.50
Mesclun	13.50€/kg	0.17	2.30
Courge	2.90€/kg	1.20	3.48
Patate douce	4.75€/kg	0.9	4.28
Poireau	3.00€/kg	1.2	3.60
			16.16

Du poireau dans les paniers, encore!

Vous recevez régulièrement du poireau dans vos paniers, et vous en êtes peut-être un peu lassé.es... Nous sommes conscients de cela, mais nous n'avons pas vraiment le choix si nous ne voulons pas les perdre.

En effet, malgré des conditions d'implantation difficiles (temps sec à la plantation en juin-juillet 2025), nos poireaux ont tenu le coup, et se sont très bien développés! Le rendement est tel qu'il ne faut parfois que 2 à 3 poireaux pour atteindre le kilo!

Par conséquent, il nous en reste encore beaucoup dans les champs, et si nous ne le récoltons pas avant les beaux jours, ils risquent de monter à fleur, et donc de ne plus être commercialisables. En effet, une tige un peu dure se forme au centre du poireau lorsqu'il « monte ».

Nous vous remercions de votre compréhension, et espérons avec impatience les légumes primeurs afin d'apporter plus de diversité dans vos paniers!