

## Gratin de poireaux au parmesan

5 poireaux, 1 gousse ail, 20 g de beurre, 1 c. à soupe d'huile d'olive, 2 brins de thym, 25 cl de crème fraîche, 80 g de parmesan râpé, Sel, Poivre

Préchauffer le four à 200°C (th. 6-7).

Préparer les poireaux : couper les extrémités, le pied et les feuilles vertes. Conserver le vert pour faire une soupe, des œufs cocotte ou parfumer un bouillon de cuisson. Couper les poireaux en rondelles assez épaisses. Les rincer abondamment sous l'eau et laisser égoutter.

Peler et couper finement la gousse d'ail.

Dans une poêle, faire chauffer l'huile d'olive et le beurre. Ajouter l'ail et le faire revenir jusqu'à ce qu'il soit bien coloré. Ajouter les rondelles de poireau et effeuiller le thym. Bien mélanger. Laisser cuire pendant 10 à 15 minutes, le temps que les poireaux soient fondants. Saler et poivrer (saler très peu car le parmesan va s'en charger).

Verser la crème liquide et 60 g de parmesan râpé. Mélanger bien et déposer les poireaux à la crème dans un grand plat à gratin ou dans des ramequins individuels.

Parsemer le gratin du reste de parmesan râpé et enfourner pendant 15 à 20 minutes jusqu'à ce que le gratin soit bien doré.

## Carottes et navets nouveaux au lait de coco et épices

800 g de carottes, 200 à 300 g de navets, 1 gros oignon, 1 cc d'huile d'olive, 2 gousses d'ail, 200 ml de lait de coco, 1 cc de curry en poudre, 1 cc de gingembre en poudre, Persil (facultatif)

Peler les carottes et les navets puis les couper en rondelles.

Émincer l'oignon, le faire cuire dans l'huile d'olive 5 mn environ, all clad préchauffé à 270. Ajouter les carottes, navets, sel, poivre. Faire cuire environ 20 mn à 230° en remuant de temps en temps, ajouter un peu d'eau si nécessaire. Au bout de temps, ajouter le curry, le gingembre et l'ail haché, mélanger, laisser cuire 2 mn. Vérifiez la cuisson des carottes, si elles sont cuites (sinon poursuivre la cuisson), ajouter le lait de coco et un verre d'eau, continuer la cuisson 3 mn. Parsemer de persil.



Cofinancé par  
l'Union européenne



**Pour annuler un panier  
Avant le lundi 8h**

- un e-mail : [paniers@jardinsdubreil.fr](mailto:paniers@jardinsdubreil.fr)

- un coup de fil : 02 99 54 52 71

- sur votre espace adhérent sur le site internet [www.jardinsdubreil.fr](http://www.jardinsdubreil.fr)

Le panier bio, local et solidaire du pays de Rennes

Feuille de Choux du 07/04/2026

Panier Duo			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Pomme de terre	2.40€/kg	1	2.40
Salade	1.40€/p	1	1.40
Navet botte	2.50€/p	1	2.50
Poireau	3.00€/kg	1.2	3.60
			<b>10.14</b>

Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Salade	1.40€/p	1	1.40
Radis rose	1.80€/p	1	1.80
Panais	3.50€/kg	0.5	1.75
Navet botte	2.50€/p	1	2.50
Pomme de terre	2.40€/kg	1.1	2.64
Carotte botte	3.00€/kg	1	3.00
poireau	3.00€/kg	1	3.00
			<b>16.09</b>

### Les JDB: aussi un lieu d'accueil de stagiaire

Sur les 12 derniers mois, nous avons accueilli 7stagiaires. Ceux-ci suivaient différentes formations: parcours d'ingénieur à l'agro campus ouest, parcours d'éducatrice technique à Askoria, brevet professionnel de responsable d'exploitation à The Land ou stage d'immersion professionnelle pour la découverte du métier d'encadrant technique (PMSMP) via France travail.

Concernant ce dernier type de stage dit de « période de mise en situation professionnelle », nous sommes nous même habilité à les prescrire pour nos équipes en parcours d'insertion des Jardins.

Si vous êtes dans une entreprise qui a aussi cette disponibilité et cette envie de faire découvrir ses métiers vous pouvez nous le faire savoir par mail.

Nous pourrions transférer cela à notre collègue conseillé en insertion professionnelle et revenir vers vous si cela correspond à un projet d'un des salariés des Jardins.

Merci d'avance