

Sauce au yaourt, radis roses et oignons blancs

1 oignon blanc (fane et bulbe), 1 botte de radis rose, 1 ou 2 yaourts nature, huile d'olive, sel, poivre, 1 aromatique (menthe, persil, ciboulette)

Dans un grand bol, verser le yaourt, ajouter un filet d'huile d'olive, le sel et le poivre. Rajouter les radis coupés en rondelles, l'oignon blanc ciselé, puis l'aromatique de votre choix finement ciselé. Mélanger l'ensemble, puis réserver au frais. Servir avec du riz, de la viande, ou simplement tartiné sur du pain, c'est délicieux!

Poêlée de pommes de terre primeurs et pois mange-tout

700g de pommes de terre primeurs, 200g de pois mange-tout, 1 gousse d'ail, huile d'olive, sel, poivre

Laver les pommes de terre sans les éplucher, équeuter les pois mange-tout puis les rincer.

Faire chauffer de l'huile d'olive dans une poêle, y faire revenir les pommes de terre et la gousse d'ail. Une fois que les pommes de terre arrivent à mi-cuisson, y ajouter les pois mange-tout et couvrir.

Laisser cuire à feu doux quelques minutes, plus ou moins longtemps, si vous souhaitez garder les pois croquants.



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 14/04/2026

Panier Duo			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Pomme de terre nouvelles	4.70€/kg	0.55	2.59
Persil	1.30€/b	1	1.30
Salade	1.40€/p	1	1.40
Carotte primeur	3.00€/b	1	3.00
Radis rose	1.80€/b	1	1.80
			10.09

Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Salade	1.40€/p	1	1.40
Radis rose	1.80€/p	1	1.80
Pois mange-tout	12.00€/kg	0.2	2.40
Persil	1.30€/b	1	1.30
Pomme de terre nouvelles	4.70€/kg	0.77	3.62
Carotte primeur	3.00€/b	1	3.00
Oignon blanc	2.50€/b	1	2.50
			16.02

Dans les champs cette semaine :

Nous préparons activement la saison estivale : les tomates et les aubergines ont déjà été plantées, et nous poursuivons cette semaine avec la plantation des concombres et des poivrons.

Pour cela nous avons épandu du compost certifié bio au préalable, car ce sont des cultures gourmandes, puis nous travaillerons le sol au tracteur pour le décompacter. Il faudra ensuite installer le système d'irrigation au goutte-à-goutte, qui permet d'arroser directement au pied des plantes, afin d'optimiser la gestion de l'eau, et d'éviter les maladies fongiques liées à l'humidité.

Enfin, nous bâcherons chaque planche de culture avec des bâches tissées, réutilisables d'une année sur l'autre, puis viendra la plantation, mercredi ou jeudi.

Mais le travail ne s'arrêtera pas là : il faudra au fur et à mesure de la croissance des tomates, aubergines, concombres, poivrons, les tuteurer, c'est-à-dire les enrouler autour d'une ficelle accrochée en hauteur, afin de faciliter la récolte et de réduire l'encombrement des plantes.