

## Laitue, toasts au chèvre et lardons

*1 salade, 1 bûche de fromage de chèvre, des tranches de pain, 150g de petits lardons.*

Laver la salade et la mettre dans un saladier. Préparer les toasts au chèvre : disposer 1 rondelle de chèvre (1cm d'épaisseur environ) sur une petite tranche de pain, arroser l'ensemble d'un filet d'huile d'olive, puis parsemer d'herbes de Provence, ou de miel, au choix. Les mettre sur une plaque au four quelques minutes, le fromage doit être tout juste fondu et les toast légèrement grillés. Pendant ce temps, faire revenir les lardons à la poêle sans matière grasse. Enlever l'excédent de gras, laisser légèrement refroidir et les ajouter à la salade. A déguster avec les toasts au chèvre.

## Pesto de fanes de carottes

*Les fanes d'une botte de carotte, 50 g d'amande entières ou de noix ou pignons, 50 g de parmesan, jus d'1/2 citron, 1 à 2 gousses d'ail, 100 g d'huile d'olive, poivre*

Laver et hacher grossièrement les fanes de carottes. Dans un blender, mixer les fanes avec les gousses d'ail pelées, le parmesan, le jus de citron et les pignons. Poivrer et ajouter le 1/3 d'huile d'olive, et mixer jusqu'à la formation d'une purée. Verser le reste d'huile d'olive tout en continuant à mixer. C'est prêt! Conserver au réfrigérateur dans un bocal.



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 22 et 23/04/2026

Panier Duo			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Pomme de terre nouvelles	4.70€/kg	0.6	2.59
Oignon blanc	2.50€/b	1	2.50
carotte	3.00€/p	1	3.00
Radis rose	1.80€/b	1	1.80
			<b>10.12</b>

Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Salade	1.40€/p	1	1.40
Radis rose	1.80€/p	1	1.80
Pois mangetout	12.00€/kg	0.17	2.04
Pomme de terre nouvelles	4.70€/kg	0.6	2.59
Betterave primeur	2.60€/b	1	2.60
Carotte primeur	3.00€/b	2	3.00
Oignon blanc	2.50€/b	1	2.50
			<b>16.16</b>

## Une nouvelle chambre froide aux JDB!

Nous avons fait une demande de financement auprès du **FAPE EDF**, qui agit pour soutenir l'emploi et favoriser l'insertion professionnelle, et de la **Région Bretagne** pour installer une nouvelle chambre froide aux Jardins du Breil.

Jusqu'à présent nous avons une sorte de conteneur frigorifique, trop petit pour stocker l'ensemble de nos légumes, et pas du tout ergonomique. Nous devons entrer et sortir les caisses de légumes à la caisse, ce qui représentait un gros travail de manutention.

L'installation de la nouvelle chambre froide dans notre hangar, sur un sol plat, nous permettra d'utiliser un transpalette et ainsi de diminuer les efforts physiques. Le maraîchage est en soi une activité très physique, car nous travaillons dans des postures inconfortables, et le port de charges fait partie du métier. Nous cherchons donc toujours à améliorer l'ergonomie.

Cette demande de financement concerne également l'installation d'une « chambre chaude » qui nous permettra de stocker nos courges et nos patates douces hors gel, sur le même principe d'une meilleure ergonomie.