

Galette de courgette et pomme de terre

1 courgette, 1 pomme de terre, 1 oignon blanc, 2 œufs, 1 cas de farine sel, poivre, basilic ou persil.

Tailler l'oignon en dés et le faire dorer dans une poêle, râper la courgette et la pomme de terre, les mélanger, Ajouter l'oignon doré à ce mélange.

Ajouter les œufs un à un. Ajouter la farine, saler et poivrer. Vous pouvez ajouter à votre convenance du persil ou du basilic.

Dans une poêle assez grande, mettre un cuillère d'huile. Lorsque la poêle est chaude, mettre la préparation et l'éta-ler .

Laisser cuire à feu moyen. Lorsque le côté est cuit et a pris une jolie couleur

dorée, retourner la galette et la cuire sur l'autre face. Servir chaud avec une salade verte.

Quiche courgette chèvre

pâte feuilletée, courgettes, 100 g d'emmental râpé, 4 œufs, 1 bûche de chèvre, 25 cl de crème liquide, cheddar râpé, sel, poivre, muscade

Précuire la pâte feuilleté 10 min au four à 180°C,

Couper la courgette en petit dés et la faire revenir à la poêle avec un peu d'huile.

Casser les 4 œufs dans un saladier.

Ajouter la crème liquide, les courgettes, l'emmental râpé, les lardons. Mélanger le tout, rectifier l'assaisonnement et répartir sur la pâte.

Disposer les tranches de chèvre et parsemer de cheddar râpé.

Enfourner pour 30 min.



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 27 et 28/05/2026

Panier Duo			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Pomme de terre nouvelle	4.70€/kg	0.7	3.29
Fève	5.10€/kg	0.6	3.06
Courgette	3.60€/kg	0.7	2.52
Salade	1.40€/p	1	1.40
			10.17

Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Basilic	1.30€/p	1	1.30
Pomme de terre nouvelle	4.70€/kg	0.8	3.76
Fenouil	1.13€/p	1	1.13
Courgette	3.60€/kg	0.85	3.06
Salade	1.40€/p	1	1.40
Carotte primeur	3.00€/b	1	3.00
Oignon blanc	2.50€/b	1	2.50
			16.15

Comme chaque année, on renouvelle notre appel à de nouveaux adhérents panier. :)

Wanted : nouveaux adhérents ! (encore et toujours...)

Vos amis et collègues lorgnent sur votre panier hebdomadaire et regardent vos légumes avec envie? Ils rêvent aux recettes proposées dans le P'tit bio? Se disent que finalement les choux c'est chou?

Ils prennent des nouvelles de l'équipe et s'interrogent sur ce que nous sommes en ce moment pour en faire de même dans leur potager?

BONNE NOUVELLE! Nous avons de la place pour de nouveaux adhérents! Ils pourront désormais bénéficier des mêmes avantages que vous, alors c'est le moment!

N'hésitez pas à parler de nos paniers, c'est l'occasion pour vous de vous arranger pour aller chercher les légumes en alternant avec d'autres adhérents par exemple. Cela évite des trajets et fait gagner du temps!

Vous serez sans conteste nos meilleur.e.s ambassadeurs et ambassadrices, alors n'hésitez pas!