

Courgettes sautées à l'ail, citron, basilic et fêta

2 courgettes, 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, 1 gousse d'ail, 1 pincée de sel, 2 cuillères à soupe de jus de citron, 3 cuillères à soupe de cubes de feta aux herbes, 1 cuillère à soupe de basilic ciselé

Coupez les courgettes en dés.

Epluchez l'ail et coupez-le en petits dés

Versez l'huile d'olive dans une sauteuse et faites-la chauffer à feu vif. Quand elle est bien chaude, ajoutez les morceaux de courgettes, salez légèrement et laissez-les cuire 7 à 8 minutes à feu très vif, en remuant une ou deux fois. Puis, ajoutez les dés d'ail et arrosez de citron. Laissez cuire, toujours à feu vif pendant 5 minutes puis coupez le feu. Saupoudrez de feta (émiettez-la entre vos doigts) et ajoutez le basilic ciselé.

Salade de pommes de terres aux concombres, aux algues et aux pois chiches

500 g pommes de terre, 265 g pois chiches cuits, 300 g concombre, 10 g algues (mélange du pêcheur en magasin bio), 100 g cœurs de palmier optionnel (mais bien meilleur), 50 g mayonnaise, 50 g oignon blanc, 150 g yaourt de soja, 1 c. à soupe aneth, Sel et poivre

Faites cuire les pommes de terre à l'eau ou à la vapeur pendant une trentaine de minutes, jusqu'à ce qu'elles soient fondantes.

Egouttez et rincez les pois chiches. Rincez le concombre (vous pouvez garder la peau). Coupez-le en 2 puis en tranches.

Coupez les pommes de terre en morceaux.

Egouttez les cœurs de palmier, puis à l'aide d'une fourchette, effilochez-les. Si vous n'utilisez pas de cœurs de palmier, pensez à ajouter un peu de citron dans la salade pour compenser.

Dans un saladier, à l'aide d'un presse purée, écrasez les pois chiches avec les algues le yaourt et la mayonnaise. Ecrasez pour que ça fasse une pâte, dans laquelle on a encore des petits morceaux, mais surtout, grâce à la peau des pois chiches, on a une texture un peu spécifique qui colle bien à l'idée "poisson".

Ciselez l'oignon et l'aneth et ajoutez dans la salade avec le reste. Goûtez, rectifiez le sel si besoin, et mettez au frais pour que tout soit à la même température.



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 16/06/2026

Panier Duo			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Salade	1.40€/p	1	1.40
Concombre	1.70€/p	1	1.70
Courgette	3.60€/kg	1	3.60
Basilic	1.30€/p	1	1.30
Pomme de terre nouvelle	3.50€/kg	0.6	2.10
			10.10

Panier Famille			
Légumes	Prix	Qtité	Total
Salade	1.40€/p	1	1.40
Pomme de terre nouvelle	3.50€/kg	1	3.50
Oignon blanc	2.50€/b	1	2.50
Courgette	3.60€/kg	1.1	3.96
Carotte primeur	3.00€/b	1	3.00
Concombre	1.70€/p	1	1.70
			16.06

De nouveaux départs et de nouvelles arrivées:

Ces dernières semaines, nous avons eu pas mal de changements dans l'équipe de salariés. Manon suite à ses différents stages a pu confirmer son projet d'être maraîchère. Elle poursuit donc sur une saison sur l'un de ses lieux de stage puis va intégrer un BPREA au lycée agricole du Rheu.

Joanna a signé un CDD de 5 mois (potentiellement reconductible en CDI) dans un magasin bio de Mordelles

Basile grâce à ses différentes périodes de stage a confirmé son envie de travailler en arboriculture et va poursuivre sur les saisons à venir.

Quelques temps auparavant Hovik et Margaux ont aussi fini leur parcours au sein des Jardins du Breil.

Quentin, Lionel, Samuel, Mickael, Meryem nous ont rejoint sur ces 2 derniers mois.

L'équipe est désormais composée de 13 salarié.es (avant peut être encore 1 ou 2 nouveaux salarié.es)

La question du moment: Quand arrive les tomates ?

Nous espérons bientôt!! Avec les chaleurs attendues les prochains jours, cela devraient permettre aux tomates de murir.

Nous aurions du commencer nos premières récoltes depuis une semaine ou deux.

Malheureusement d'autres se sont servis avant nous.

Nous n'arrivons pas à endiguer l'épidémie de voleurs sur les Jardins. Les premières tomates à peine oranges ont déjà été volées. Ça a aussi été le cas avec les concombres. Nous passons pourtant tous les jours (week-end compris) pour les récolter.

Nous réfléchissons à de nouvelles solutions pour combattre ces vols.

Mais promis le reste des légumes d'été arrivent bientôt!!!