



POMMES DE TERRE PRIMEURS FARCIES À LA CRÈME DE CHÈVRE FRAIS AUX HERBES

Préparation : 10 min - Cuisson : 25 min
Pour 4 personnes

- 700 g de pommes de terre primeurs
- 1 fromage de chèvre frais
- 1 citron
- 2 c. à soupe de fines herbes hachées + quelques brins entiers pour la décoration
- sel, poivre du moulin

Faire cuire les pommes de terre primeurs à l'eau bouillante jusqu'à ce qu'elles soient tendres puis les égoutter.

Écraser le fromage avec le jus de citron, les herbes, du sel et du poivre.

Couper les pommes de terre primeurs en 2 et escalopez légèrement le côté bombé.

Déposer une quenelle de fromage frais aux herbes sur chaque demi-pomme de terre primeur et décorer d'herbes.

ÇA N'A RIEN À VOIR

« L'homme est une corde tendue entre l'animal et le surhumain - une corde par-dessus un abîme. »

Friedrich Nietzsche
(Ainsi parlait Zarathoustra)

COUCI-COUÇA

Légères puisque moins chargées en amidon, les pommes de terre primeurs ont une saveur délicate, subtile, qui évoque la noisette. Elles aiment la simplicité et se préparent en un tour de main. La saison est courte, il faut en profiter au maximum.

Rapidité

Tout simplement cuites à la vapeur, avec la peau (si fine qu'on peut la manger), à savourer avec une noix de beurre de baratte salé, un tour de moulin à poivre et quelques pluches de cerfeuil. Pour un repas, les manger avec un œuf mollet ou poché.

Simplicité

Elles s'accordent avec poissons et viandes (volailles et viandes blanches surtout). Dos de saumon cuit à l'unilatérale, grenaille de pommes de terre primeurs et sauce au citron et au yaourt. Blancs de poulet sauté au gingembre et à la citronnelle avec des rondelles de pommes de terre primeurs. Grosses pommes de terre creusées et farcies d'un hachis d'herbes à la ricotta. Petit ragoût de pommes de terre aux légumes nouveaux (huile d'olive, vinaigre balsamique et basilic).

À la vapeur

10 à 15 minutes au cuit-vapeur puis écrasées avec un filet d'huile d'olive et quelques copeaux de parmesan. Pour accompagner un rôti de veau à la sauge.

À la poêle

Précuites 5 minutes à l'eau bouillante puis dorées 4 à 5 minutes à la poêle dans un peu de beurre et d'huile avec une pointe d'ail. Servir avec un poisson grillé.

En salade

Mariées au magret de canard fumé, elles se font gourmandes.

Exotiques

En se mélangeant aux crevettes, avocat, orange.

Poids-plumes

Avec une aile de raie pochée.

Au barbecue

Elles accompagnent poissons, viandes ou légumes et se contentent d'une cuillerée de fromage blanc pour devenir un vrai délice.

LE P'TIT BIO

ANNÉE 2008 — SEMAINE 24

DANS VOTRE PANIER CETTE SEMAINE

Produits d'origine Ile-et-Vilaine - Catégorie II issus de l'agriculture biologique - Certifié par ÉCOCERT EPI - 35740 Pacé	Prix EPI à l'unité	1 part (nombre d'unités)	2 parts (nombre d'unités)	4 parts (nombre d'unités)
Betteraves cuites	kg	2,50	0,20	0,50
Chou-rave	pièce	1,00	1,00	1,00
Ciboulette	botte	0,80		1,00
Courgettes	kg	3,00	0,30	0,70
Fèves	kg	3,00		0,30
P. de terre primeur	kg	4,00	0,25	0,70
Radis	botte	1,40		1,00
Salade	pièce	1,30	1,00	1,00
	Valeur →		4,70 €	7,00 €
				11,05 €

CÔTÉ JARDINS

LES ANNÉES se suivent... et se ressemblent trop à notre goût ! De nouveau, un printemps humide empêchant toutes nouvelles cultures extérieures, menaçant ail, oignon et échalote (pour le moment, les pommes de terre restent saines mais pour combien de temps encore si ce temps continue ?)

Et pour ressembler encore plus à l'année dernière, voilà que notre fournisseur de plants de poireaux ne pourra pas honorer sa commande de plants bio (dire que nous avons changé de fournisseur pour éviter ce problème !)

Il nous propose des plants non bio, que nous avons acceptés, étant dans l'impossibilité de trouver à cette date de nouveaux plants en bio.

Merci donc de votre indulgence : si les paniers sont moins fournis et les légumes moins variés en ce moment qu'on pourrait le souhaiter, c'est indépendamment de notre bonne volonté

Pour terminer sur une note un peu plus réjouissante, nous espérons d'ici la fin du mois fournir nos premières tomates. Nous croisons les doigts, touchons du bois, invoquons tous les dieux connus (et même les autres, au point où on en est...) pour qu'enfin le soleil se rappelle que c'est bientôt l'été !

L'équipe des Jardins



Rue Jean-Marie David
Parc de la Teillais - 35740 Pacé
Tél. 02 99 60 67 27
Directeur : Patrick Blot
courriel : epi.jdb@libertysurf.fr