



SALADE DE SAINT-JACQUES, CREVETTES ET RADIS NOIR SAUCE BETTERAVE

- 8 noix de Saint-Jacques décoquillées, nettoyées et parées
- 18 queues de gambas ou de scampis décortiquées
- 1 poivron épluché et taillé en brunoise (petits dés)
- 1 échalote ciselée finement
- 1 belle poignée de radis noirs émincés très finement
- 1 betterave hachée et égouttée
- 1/2 salade feuille de chêne verte
- Trois pommes de terre Roseval cuites à la pelure, épluchées et taillées en lamelles.

Assaisonnement : monter l'équivalent d'une demi betterave rouge en purée avec un jaune d'œuf et le même volume d'huile d'olive. Ajouter un trait de sauce soja, un trait de vinaigre balsamique.

Dressage : poser un dôme de salade au centre de l'assiette. Mélanger la julienne de radis noir. Saucer les rondelles de pommes de terre et les noix escalopées en deux.

Verser quelques gouttes de vinaigre balsamique sur la salade.

Poser les noix sur le dôme de salade.

Entourer la salade de la sauce betterave.

Poser les queues de scampis sur la sauce en rosace autour de la salade.

Placer les rondelles de pommes de terre sur les bords du dôme.

Répartir de façon désordonnée les dés de poivrons et quelques pousses de criste marine (ou fenouil marin).

CHIPS DE BETTERAVE ET DE RADIS NOIR

Préparation : 10 min - Cuisson : 20 min -
Pour 4 personnes

- 2 betteraves cuites
- 1 radis noir
- gros sel
- huile de friture

Épluchez les betteraves et le radis. Râpez en très fines rondelles. Chauffez l'huile. Faites frire les chips de légumes 10 min. Égouttez sur du papier absorbant.

ÇA N'A RIEN À VOIR

« Heureux soient les fêlés, car ils
laisseront passer la lumière. »

Michel Audiard

SALADE DE BETTERAVES AUX PÂTES ET AU FROMAGE DE CHÈVRE

Préparation : 15 min - Cuisson : 20 min

- 6 petites betteraves
- 2 oignons rouges
- 1 courgette
- 1 cuillère à café de pignons
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 300 g de pâtes cuites
- 2 cuillères à soupe de câpres
- 100 g de fromage de chèvre, coupé en tranches

Pelez les betteraves et les oignons rouges et coupez-les en morceaux. Coupez la courgette en rondelles.

Placez les betteraves, les oignons rouges et la courgette dans un plat allant au four, avec les pignons et 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive. Faites cuire 20 min à 180°C, les betteraves doivent être tendres.

Laissez refroidir et ajoutez les pâtes, les câpres, l'huile d'olive restante et le fromage de chèvre.

**EPI sera présent au salon Ille
et Bio qui se tiendra à Guichen
vendredi, samedi et dimanche
prochains (www.illeetbio.org/).**

LE P'TIT BIO

ANNÉE 2008 — SEMAINE 41

DANS VOTRE PANIER CETTE SEMAINE

Produits d'origine Ille-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	kg	2,40	0,30	0,50	0,60
Ciboulettes	botte	0,90	1,00		1,00
Courgettes	kg	2,40	0,30	0,40	0,50
Échalotes	kg	5,40	0,10		0,20
Pâtisseries	kg	3,60	0,30	0,50	0,60
Radis noirs	kg	3,00	0,30	0,50	0,60
Tomates	kg	3,00		0,50	1,00
Valeur →			4,86 €	6,96 €	11,58 €

SPÉCIAL ÇA N'A RIEN À VOIR

(qu'est-ce qu'on ferait pas pour éviter le rébus de la semaine)

- Debout, face au mur et les paluches en l'air... que j'les voie bien. On est chargé à la magnum. Si vous bougez seulement les oreilles, on vous coupe par le milieu.



La connerie à ce point-là, moi, j'dis qu'ça devient gênant.



- Quand j't'ai balancé le coup, on avait bien convenu de marcher fifty-fifty, hein ? 500 briques chacun ?

- C'est pas inhumain d'entendre ça ! Mais qu'est-ce que tu veux que je fasse avec 500 briques hein ? Surtout de nos jours, le smic est en plein chancelique, la TVA nous suce le sang, la bourse se fait la malle. J'ai calculé, j'en aurai à peine pour 5 piges. J'aurai 50 berges, tu voudrais tout de même pas que j'retourne au charbon à cet âge-là non ? Tu serais pas vache avec les vieux des fois ?



Ce que tu peux être con ! T'es même pas con, t'es bête. Tu vas jamais au cinoche, tu lis pas, tu sais rien. Si ça se trouve, t'as même pas de cerveau. Quand on te regarde par en dessus, on doit voir tes dents.

Michel Audiard



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