

### Utilisations culinaires

Comme la Courgette ou la Courge, le pâtisson est excellent en gratins, soufflés, blanchi ou farci, et en légume d'accompagnement (volailles, viandes, poissons, autres légumes). Il peut-être aussi dégusté cru ou râpé en salade ou en sauce.

### Conservation

Le pâtisson se conserve dans un endroit frais et sec.

#### PAPETON D'AUBERGINE

Préparation : 50 minutes

Cuisson : 20 minutes.

Pour 8 personnes

- 2 kg d'aubergines fraîche
- 2 oeufs
- 2 gousses d'ail
- piment de cayenne
- poivre, sel

#### Coulis de tomate :

- 1 kg de tomate fraîche
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 bouquet garni
- thym, laurier
- sel, poivre

- Mettre en place le poste de travail, peser les denrées.
- Tout d'abord, laver et détailler les aubergines en tranches d'1 cm à 1,5 cm à l'aide d'un couteau éminceur.
- Les faire frire, de façon à ce qu'elles soient légèrement colorées, les disposer sur une plaque gastronomique à trous. Ensuite, les mixer.
- Dans un cul de poule battre les 2 oeufs à l'aide d'un fouet, ajouter les 2 dl de crème fraîche, les 2 gousses d'ail finement hachées. On ajoute à cet appareil les aubergines mixées, le piment de cayenne, sel et poivre. Graisser les ramequins dans lesquels on va verser l'appareil à aubergine. Cuire à 180°C au bain-marie pendant environ 20 à 25 minutes.

Pour le coulis de tomate :

Laver les tomates, les concasser. Dans une sauteuse faire blondir l'oignon, ensuite ajouter les tomates, une gousse d'ail écrasée, le bouquet garni, du thym, du laurier, sel et poivre. Mettre un peu d'huile d'olive, laisser réduire. Fin de cuisson retirer le BG et les feuilles de laurier.

Dressage :

Disposer le papeton démoulé au centre d'une assiette carrée et disposer sur le papeton le coulis de tomate de façon à ce que ça coule sur le côté. Dans l'un des angles de l'assiette mettre un peu de salade ou de la roquette (avec une légèreté vinaigrette).

# LE PETIT BI

ANNÉE 2009 - SEMAINE 36

## DANS VOTRE PANIER CETTE SEMAINE

Légumes	Prix EPI à l'unité	1 part (nombre d'unité)	2 parts (nombre d'unité)	4 parts (nombre d'unité)
tomate	2,5€ le kilo	500g	1,2kg	1,3kg
aubergine	3€ le kilo	300g		400g
concombre	1,4€ la pièce		1	
poivron	3,5€ le kilo		200g	
courgette	1,5€ le kilo	500g		800g
echalotte	6€ le kilo	100g	150g	0,15
tomate cerise	2€ la barquette			1
pâtisson	4€ le kilo		500g	
bette	2€ la botte			1
persil	0,9€ la botte	1	1	1
melon	3,3€ le kilo	300g		500g
	<b>Valeur</b>	<b>5,39€</b>	<b>8,9€</b>	<b>13,1€</b>

Produits d'origine Ile-et-Vilaine – Catégorie II  
Issus de l'agriculture biologique – Certifié par Ecocert – EPI – 35740 Pacé

### Les sources du P'tit bio

<http://bouledecoton.free.fr>  
[www.750g.com](http://www.750g.com)  
[www.415.fr](http://www.415.fr)  
[www.trucsdegrandmere.com](http://www.trucsdegrandmere.com)  
[www.lapenseedujour.net](http://www.lapenseedujour.net)



Rue Jean-Marie David  
Parc de la Teillais - 35740  
Pacé

tél : 02 99 60 67 27

Directeur : Patrick Blot  
site web : [www.epi-jdb.fr](http://www.epi-jdb.fr)  
Mél : [contact@epi-jdb.fr](mailto:contact@epi-jdb.fr)

### LE PÂTISSON

Appartenant à la famille des Cucurbitacées, le pâtisson est un légume ressemblant fortement à la Courge. Son fruit est aplati et circulaire. Il peut-être de couleur blanc, vert, jaune, orange ou encore panaché. Ce fruit possède une chair blanche et tendre. Ce légume a aussi de grandes feuilles vertes. Le pâtisson a un goût très fin.



### Bienfaits

Il est riche en eau, minéraux, oligo-éléments, fibres et vitamines A, B, PP et C. Il est digestif et diurétique.