



## CREME DE TOPINAMBOUR AUX NOIX

Pour 6 personnes

- 1 kg de topinambours
- 4 pommes de terres
- 3 cuillers à soupe d'huile d'olive
- 30 cl de crème fraîche épaisse
- 50g de beurre
- 75 g de cerneaux de noix
- 1 l (4 tasses) de bouillon de légumes
- Sel et poivre

Epluchez les topinambours et les pommes de terre, coupez-les en morceaux et mettez-les dans une casserole.

Couvrez-les d'eau, salez et portez à ébullition. Baissez le feu et laissez cuire 40 min à feu doux.

Quand les topinambours et les pommes de terre sont cuits, mixez-les longuement jusqu'à obtention d'une soupe onctueuse.

Incorporez alors la crème épaisse et le beurre en fouettant.

Salez et poivrez le velouté et maintenez-le sur feu doux sans le laisser bouillir.

Concassez finement les cerneaux de noix.

Répartissez le velouté dans 6 bols, parsemez de noix concassées et servez aussitôt.

### A VOIR, A FAIRE, A SUIVRE...

Le samedi 12 décembre, de 9h30 à 12h, le **CIELE**, Centre d'Information sur l'Energie et l'Environnement, organise une **formation sur le Compostage** (Module 1), afin de sensibiliser le jardinier qui sommeille en vous à la valorisation des déchets verts...

D'autres formations ont lieu dans l'année.

Elles se déroulent à l'Ecocentre de la Taupinais à Rennes.

Renseignements et inscriptions :

**CIELE**  
02 99 54 42 98  
fortune@ciele.org

## CARPACCIO DE BETTERAVES

Pour 4 personnes  
Préparation : 10 min

- 2 betteraves cuites
- 80 g d'Emmental
- 1 botte de radis
- 120 g de mâche
- 3 pommes Granny
- 2 c. à soupe de vinaigre balsamique
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- Persil
- Sel, poivre

Lavez les betteraves puis pelez-les et émincez-les en rondelles.

Coupez quelques radis en fines rondelles.

Râpez l'emmental.

Emincez très finement les quartiers de pommes. Répartissez les rondelles des betteraves sur 4 assiettes et ajoutez les lamelles de pomme.

Saupoudrez de râpé d'emmental, de rondelles de radis et de persil puis entourez de mâche.

Préparez la vinaigrette en mélangeant l'huile et le vinaigre et arrosez le tout !

### C'EST BIO, ET ON EN PARLE !

Vous êtes à l'affût d'informations sur le développement durable ?

Connaissez-vous la barre d'outils **Ecolo-Info** ?

Mise en place par une étudiante, cette barre d'outils a pour objectif de regrouper simplement en un seul et même endroit l'ensemble des informations sur l'écologie, le développement durable, l'environnement... Il est essentiel que chacun puisse comprendre, s'informer, s'investir et agir de manière responsable. A cette fin, Ecolo-Info permet en un clic d'avoir accès à tout ce dont vous avez besoin.

C'est gratuit et ultra rapide :  
**www.ecoloinfo.com**

Plus d'excuse pour ne pas savoir ce qu'il se passe en matière d'environnement et pour ne pas consommer mieux !

# LE P'TIT BI

ANNÉE 2009 — SEMAINE 48

## DANS VOTRE PANIER CETTE SEMAINE

Produits d'origine Ile-et-Vilaine – Catégorie II issus de l'agriculture biologique - Certifié par ECOCERT—EPI – 35740 Pacé		Prix EPI à l'unité	2 parts		4 parts	
			Quantité	Valeur	Quantité	Valeur
Topinambour	kg	3,40 €	0,5	1,70	1	3,40
Betterave cuite	kg	3,30 €	0,4	1,32	1	3,30
Chou	pièce	2,10 €	1	2,10	1	2,10
Aubergine / Poivrons	kg	2,00 €	0,3	0,60		0,60
Poireaux	kg	2,70 €	0,6	1,62	1,1	2,97
		Valeur		7,34 €		11,77 €

## Recherchons un Parrain chez Veolia

EPI a en projet de rénover et agrandir le bâtiment rue Jean-Marie David à Pacé. EPI, propriétaire du bâtiment, l'a fait construire en 1996 et aujourd'hui, les locaux ne sont plus adaptés.

Dans le cadre de financements, nous pouvons faire appel à des fondations qui mènent des actions de soutien pour des structures d'Insertion par l'Activité Economique (IAE) telles qu' EPI.

Véolia est un partenaire potentiel que nous pouvons solliciter via un Parrain : ce dernier doit être un salarié de Véolia (environnement, transport, etc.).

Connaissez-vous dans vos proches, une personne qui travaille chez Véolia, susceptible de soutenir le projet d'EPI ? Si oui, contactez-nous !

Plus de renseignements sur Véolia et le soutien à l'IAE ainsi que sur le rôle du Parrain sur <http://www.fondation.veolia.com/fr/fondation/>

### UNE NOUVELLE VENUE DANS NOTRE EQUIPE!

*EPI s'est dotée d'une animatrice du réseau adhérents !  
Typhaine Herré a rejoint les Jardins du Breil début octobre pour s'assurer que les paniers se portent bien et vous proposer des projets et des événements (visites des jardins, rencontres, conférence...).*

*Si vous avez des idées, des remarques ou des suggestions, vous pouvez la contacter à :*

*paniers@epi-jdb.fr*



Tél. 02 99 60 67 27

site web : [www.epi-jdb.fr](http://www.epi-jdb.fr)

Mél : [contact@epi-jdb.fr](mailto:contact@epi-jdb.fr)