



CÉLERI RAVE RÔTI À L'AIL

Pour 4 personnes

- 1 gros céleri rave pelé
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 tête d'ail
- 5 branches de persil plat
- 1 yaourt nature
- sel, poivre

Préchauffez le four à 180-190°C (thermostat 6-7).

Dans un plat à gratin, mélanger le céleri coupé en cubes de 3 cm avec l'huile d'olive. Ajoutez la tête d'ail entière et faites cuire 1h en retournant les légumes de temps en temps.

En fin de cuisson, coupez la tête d'ail en deux dans le sens horizontal pour extraire la pulpe et la mélanger avec le céleri, le persil et le yaourt.

Salez et poivrez et servir immédiatement.

Pommes de terre

Cécile nous demandait de préciser les variétés de pommes de terre des paniers, afin de les préparer au mieux.

Nous ne pouvons pas le spécifier à chaque fois, nos 3 tonnes de pommes de terre annuelles étant stockées ensemble. Mais pour information, nous avons 3 variétés de pommes de terre :

- les Rubis, reconnaissables à leur peau rose. Elles se préparent au four, en purée, potage ou frites ;
- Les Allians, et les José, peau blanche et à la chair ferme (les allians ont une chair légèrement plus jaune) : elles se préparent à la vapeur, en frite, salade ou sautées...

GRATIN DE POMMES DE TERRE

AU CHÈVRE ET AU NOIX

Pour 4 personnes
Préparation : 35 min

- 700 g de pommes de terre
- 25 cl de lait
- 15 cl de crème liquide
- 2 crottins de chèvre
- 100 g de cerneaux de noix
- 2 branches de thym
- 2 gousses d'ail
- sel et poivre

Epluchez, lavez les pommes de terre et coupez-les en rondelles.

Mettez-les dans une casserole avec le lait, la crème, le thym, du sel et du poivre.

Portez à ébullition, laissez cuire 20 minutes sur feu moyen en remuant régulièrement.

Préchauffez votre four à 210° (th 7).

Après cuisson, hors du feu, ajouter un crottin de chèvre coupé en petit morceaux et les noix hachées.

Mélangez puis versez dans un plat à gratin.

Répartissez le 2nd crottin sur les pommes de terre, parsemez de brindilles de thym puis mettez à gratiner 15 min au four.

Dernières courges !

Ça y est : les courges arrivent à leur fin ! Vous avez pu déguster cette année du potimarron, de la courge musquée, de la Blue Ballet, de la Butternut, du potiron, de la Greenwich... De quoi découvrir des variétés et préparer les papilles pour l'année prochaine !

A vos agendas !

Salon bio Respirez la vie à Rennes

Du 12 au 14 février, au Parc des expositions de Rennes se déroulera le Salon Bio Respirez la vie.

Le salon accueillera 160 spécialistes des secteurs de l'alimentation, de l'habitat naturel, des énergies renouvelables, de la santé, de la forme et du bien être et du commerce équitable.

LE P'TIT BI

ANNÉE 2010 — SEMAINE 6

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		
Céleri rave *	kg	2,40 €	1	2,40	1	2,40		
Chou frisé	pièce	1,90 €	1	1,90	1	1,90		
Courge	kg	2,00 €	0	0	1	2,00		
Pommes de terre	kg	1,60 €	0	0	0,800	1,28		
Radis noir *	kg	2,40 €	0,200	0,48	0,350	0,84		
Soupe	Bout.	2,40 €	1	2,40	1	2,40		
		Valeur		7,18 €		10,92 €		

* légumes issus de l'agriculture biologique, achetés chez M. Trévilly, St-Malo (certifiés Acclave)



Mais qu'est-ce donc ?

Les 1^{ères} pousses de tomate !
Un long travail de semis pour 3000 futurs pieds de tomates qui pousseront dans les serres : paola, yellow zebra, cornue des Andes et tomates cerise pour cet été !

Les sources du P'tit Bio :

www.mercotte.fr

www.marmiton.org



Tél. 02 99 60 67 27

site web : www.epi-jdb.fr

Mail : contact@epi-jdb.fr

Récupération collective des paniers à Nouvoitou

Isabelle est adhérente à EPI au dépôt de Nouvoitou. Ce dépôt étant excentré, elle suggère aux autres adhérents de ce dépôt d'aller chercher par roulement les paniers par quartier : cela permettrait de gagner du temps, de réduire l'utilisation des voitures et de favoriser les rencontres !

Si vous souhaitez y participer, vous pouvez envoyer un e-mail à Isabelle Devillez à :

isapierquet@aliceads.fr