



## MOUSSE DE POIREAUX AU JAMBON CRU

Pour 6 personnes

- 2 œufs
- 100 g de gruyère râpé
- 2 c. à soupe de ciboulette
- 2 kg de blancs de poireaux
- 10 cl de crème fraîche
- 200 g de jambon cru

Préchauffez le four à 220°C (Th 7/8).

Lavez les blancs de poireaux et faites-les blanchir pendant 10 mn dans l'eau bouillante salée puis égouttez-les.

Dans un bol, battez les œufs en omelette.

Mixez les tranches de jambon cru, ajoutez les œufs battus en omelette, la crème et le fromage râpé. Assaisonnez avec du sel, poivre et la ciboulette.

Enduire de margarine un moule à cake, versez une couche de la préparation et ensuite une couche de poireaux. Recommencez l'opération jusqu'à ce que le moule soit rempli.

Faites cuire au four pendant 30 mn et servez en tranches chaudes ou froides.

## CHOU POINTU À L'ANCHOÏADE

Pour 4 personnes

- 1 chou blanc pointu (ou autre)
- 1 petit bocal d'anchoïade
- crème fraîche
- 1 cube de bouillon de volaille
- 1 tasse d'eau
- sel & poivre

Couper finement le chou blanc en lamelles, après l'avoir lavé et enlevé le trognon.

Le mettre dans un faitout, avec l'eau et le cube de bouillon, assaisonner.

Le faire cuire, jusqu'à ce qu'il soit tendre. L'égoutter, en gardant l'eau de cuisson pour un potage.

Délayer quelques cuillères à café d'anchoïade avec de la crème fraîche.

Goûter : le goût doit être suffisamment prononcé pour

Les sources du P'tit Bio :  
[www.marmiton.org](http://www.marmiton.org)

# LE P'TIT BIO

ANNÉE 2011 — SEMAINE 15

		Prix EPI à l'unité	DUO		FAMILLE	
			Quantité	Valeur	Quantité	Valeur
Produits d'origine Ile-et-Vilaine – Catégorie II issus de l'agriculture biologique - Certifié par FR-BIO-01						
Ail	kg	8,00 €	0,030	0,24	0,100	0,80
Bette	botte	1,50 €	1	1,50	0	0
Chou fleur *	pièce	1,50 €	0	0	1	1,50
Chou pointu	pièce	1,60 €	1	1,60	0	0
Oignon	kg	2,50 €	0,200	0,50	0	0
Oignons nouveaux	botte	2,30 €	0	0	1	2,30
Oseille	botte	0,80 €	0	0	1	0,80
Persil	botte	0,80 €	0	0	1	0,80
Poireau *	kg	2,50 €	0,600	1,50	1	2,50
Pomme de terre	kg	1,50 €	0,500	0,75	0,500	0,75
Radis	botte	1,50 €	1	1,50	1	1,50
Salade	pièce	0,80 €	0	0	2	1,60
		<b>Valeur</b>		<b>7,59 €</b>		<b>12,55 €</b>

\* légumes issus de l'agriculture biologique, achetés à M. Trévilly, St-Malo (certifié ECOCERT)



### Pour annuler un panier

Avant le lundi 10h,  
- un e-mail : [paniers@epi-jdb.fr](mailto:paniers@epi-jdb.fr)  
- un coup de fil : 02 99 60 67 27



Tél. 02 99 60 67 27  
site web : [www.epi-jdb.fr](http://www.epi-jdb.fr)  
Mail : [contact@epi-jdb.fr](mailto:contact@epi-jdb.fr)



### Savez-vous goûter les choux ?

Blanc, rouge, vert, violet, riches en formes, en textures et en goût, pommé ou non, européen, indien, chinois ou japonais... Omniprésent à travers les âges et sur notre planète, il est le 2e légume produit au monde derrière la tomate.

Le nouvel ouvrage *Savez-vous goûter les choux ?* des Presses de l'Ecole des Hautes Etudes en Santé Publique vous propose 40 recettes pour accommoder 8 variétés de choux !

Pour en savoir plus :  
[www.presses.ehesp.fr](http://www.presses.ehesp.fr)

**Attention** : En raison du passage des cultures d'hiver aux cultures de printemps, et afin de vous proposer de beaux paniers, **nous ne livrons pas de paniers les semaines 17 et 18, soit du 26 avril au 8 mai !**