

À TABLE!

PURÉE D'OIGNONS DE ROSCOFF

Temps de préparation : 10 minutes
Temps de cuisson : 30 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 800 g d'oignons de Roscoff
- 1 l de bouillon de volaille
- sel, poivre

Préparation de la recette :

Peler les oignons et les couper en 4.
Les plonger dans le bouillon de volaille chaud pendant 30 minutes.
Les égoutter soigneusement, les mixer puis assécher la purée obtenue à feu doux dans une casserole.
Rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

Duo	Famille	Total	évolution
212	67	279	0

GRATIN DE CÉLERI- RAVE AUX POMMES

Temps de préparation : 20 minutes
Temps de cuisson : 45 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 céleri-rave
- 6 pommes
- 50 cl lait
- 25 cl de crème
- 2 œufs
- une poignée de gruyère râpé
- muscade
- sel, poivre

Préparation de la recette :

Eplucher le céleri, le couper en tranche, de la taille d'une tranche de pomme. Le faire cuire 20 min dans le lait, la crème, sel/poivre/muscade.
Eplucher les pommes et les découper en tranche, de la même taille que les tranches de céleri. Dans un plat à gratin, mettre du gruyère et intercaler les tranches de céleri et pommes.
Battre les œufs avec la crème de cuisson, assaisonner si nécessaire et verser sur le plat. Mettre au four préchauffé à 180°C (thermostat 6) pendant 45 min.

LE P'TIT BIO

ANNÉE 2013 — SEMAINE 14

Produits d'origine Ille-et-Vilaine – Catégorie II issus de l'agriculture biologique - Certifié par FR-BIO-01		Prix EPI à l'unité	DUO		FAMILLE	
			Quantité	Valeur	Quantité	Valeur
carotte	kg	2.30€	0.700	1.61	1.000	2.30
céleri rave	kg	2.40€	0	0	0.500	1.20
mesclun	kg	11.00€	0.200	2.20	0.200	2.20
oignon de Roscoff*	kg	2.50€	0.600	1.50	0.800	2.00
pomme de terre	kg	1.90€	1.100	2.09	1.500	2.85
tartinable de poireaux	unité	2.00€	0	0	1.000	2.00
		Valeur		7.40 €		12.55 €

* fournis par SARL PODER, 29420 Plouvorn. Issue de l'AB



RESEAU COCAGNE

Pour annuler un panier

Avant le lundi 10h

- un e-mail : paniers@epi-jdb.fr
- un coup de fil : **02 99 54 52 71**

Les sources du P'tit Bio :

www.marmiton.org



Tél. 02 99 60 67 27
site web : www.epi-jdb.fr
Mail : contact@epi-jdb.fr

Encore des petits ravageurs sur le Jardin...

Mais ceux-là ne sont pas méchants! Ce sont des enfants! Des élèves de l'école primaire Villeneuve à Rennes viendront le 12 avril prochain, dans le cadre des « classes de ville » organisées par la Ligue de l'enseignement, visiter le jardin, goûter les légumes et participer à de petits jeux éducatifs sur l'agriculture biologique et le développement durable. Cette première expérience dans l'accueil des scolaires ouvrira la porte, nous l'espérons, à un partenariat pérenne avec des établissements et les acteurs de l'éducation populaire comme la Ligue de l'enseignement

L'oignon des « Johnnies » débarque dans votre panier!

Issu d'une graine rapportée du Portugal par un moine au milieu du 17ème siècle, l'oignon est d'abord cultivé dans les jardins privé du Léon. La culture se développe essentiellement pour nourrir les équipages des navires de commerce de Roscoff que les britanniques ne tarderont pas à surnommer les « johnnies », « Petit John »