

# À TABLE!

## VELOUTÉ DE TOPI- NAMBOUR

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

Ingrédients (pour 8 personnes) :

- 800 g de Topinambour
- 3 Oignon
- 1 cuillère à soupe de Beurre
- Sel, poivre
- 2 cuillères à soupe d' Huile d'arachide
- Huile de truffe
- 1/2 Cube de bouillon de volaille

Préparation de la recette :

Pelez les oignons. Coupez-le en dés. Coupez les autres en rondelles.

Faites revenir l'oignon dans le beurre.

Epluchez et coupez grossièrement les topinambours. Mettez-les dans la casserole et recouvrez-les d'eau.

Ajoutez le bouillon cube, du sel et du poivre. Laissez cuire environ 20 mn.

Faites chauffer l'huile dans une poêle. Faites frire les oignons 10 minutes.

Passez la soupe au moulin à légumes et servez dans des bols.

Ajoutez un soupçon d'huile de truffe et quelques oignons frits.

## CHOU BLANC BRAISÉ EN COCOTTE

Temps de préparation : 20 minutes  
Temps de cuisson : 60 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 chou blanc
- 100 g de lard maigre
- 1 cuillère à soupe de beurre
- 1 oignon haché
- 2 cuillères à soupe d'eau chaude
- 1 feuille de laurier
- muscade râpée
- 1 brindille de thym
- sel, poivre

Préparation de la recette :

Détailler le chou en julienne (en lamelles très fines). Le saler, le poivrer et le saupoudrer de muscade râpée.

Couper ensuite le lard en lardons. Les faire revenir dans une cocotte avec le beurre. Ajouter ensuite l'oignon haché et laisser dorer le tout.

Lorsque le mélange prend une belle couleur, ajouter le chou et mouiller la préparation avec 2 cuillères à soupe d'eau chaude. Assaisonner en ajoutant 1 feuille de laurier et la brindille de thym, puis couvrir. Laisser cuire 1 h à feu très doux en surveillant de temps en temps la cuisson.

Vous pouvez servir ce plat avec un rôti de porc ou des saucisses.

# LE P'TIT BIO

ANNÉE 2014 — SEMAINE 10

Produits d'origine Ile-et-Vilaine – Catégorie II issus de l'agriculture biologique - Certifié par FR-BIO-01	Prix JDB à l'unité	DUO		FAMILLE		
		Quantité	Valeur	Quantité	Valeur	
betterave cuite	kg	3.70€	0	0	0.600	2.22
butternut	kg	2.40€	0	0	1	2.40
carotte orange	kg	2.30€	0.600	1.38	0.600	1.38
chou blanc	kg	2.20€	1.100	2.42	1.100	2.42
moutarde	kg	11.50€	0	0	0.250	2.88
oignon jaune	kg	2.60€	0.500	1.30	0	0
pomme de terre*	kg	1.60€	1.200	1.92	1	1.60
topinambour	kg	2.30€	0.400	0.92	0	0
<b>Valeur</b>				<b>7.94€</b>		<b>12.90€</b>



\*EARL Lainé, Saint-Mélor-des-Ondes (35), Certifiée AB

### Pour annuler un panier

**Avant le lundi 10h**

- un e-mail : [paniers@jardinsdubreil.fr](mailto:paniers@jardinsdubreil.fr)

- un coup de fil : **02 99 54 52 71**

### IMPORTANT

Merci de bien vouloir noter la nouvelle adresse du site

**[www.jardinsdubreil.fr](http://www.jardinsdubreil.fr)**

Tapez-la directement dans votre navigateur, le site n'est pas encore référencé dans les moteurs de recherche



Tél. 02 99 54 52 71

site web : [www.jardinsdubreil.fr](http://www.jardinsdubreil.fr)

Mail : [paniers@jardinsdubreil.fr](mailto:paniers@jardinsdubreil.fr)

[facebook.com/jardinsdubreil](https://www.facebook.com/jardinsdubreil)

[twitter.com/JardinsduBreil](https://twitter.com/JardinsduBreil)

### Poursuivi en justice pour avoir refusé de traiter ses vignes aux pesticides... (suite)

Nous vous informons il y a deux semaines de l'histoire de Emmanuel Giboulot, ce viticulteur bio poursuivi en justice pour avoir refusé d'utiliser un insecticide. Il est passé lundi dernier au Tribunal de Dijon. Son jugement est repoussé au 7 avril. La Procureure a requis 1000€ d'amende et inscription au casier judiciaire. La comité de soutien du viticulteur vise le million de signature (500.000 aujourd'hui) pour éviter que le viticulteur soit considéré, aux yeux de la justice, comme un délinquant. L'autre enjeu, de taille, est de ne pas créer un climat de peur autour du bio et décourager l'installation de ceux qui s'y intéressent