

## Dips aux fèves

*Conseils de préparation des fèves:  
Après avoir écosé vos fèves, plongez-les dans une casserole d'eau et portez à ébullition. Quelques minutes suffisent à attendre la peau enveloppant les grains qui est du coup plus facile à retirer*

Pour 3 ou 4 personnes :

150 g de fèves épluchées  
150 g de ricotta  
1,5 cuillère à soupe d'huile d'olive  
1 cuillère à café de menthe hachée finement  
sel, poivre

Plongez les fèves dans de l'eau bouillante. Laissez cuire 1 min, puis égouttez-les. Passez-les immédiatement sous l'eau froide.

Laissez refroidir.

Mettez les fèves et la ricotta dans le bol d'un mixeur. Ajoutez l'huile d'olive.

Mixez jusqu'à ce qu'il ne reste plus aucun morceau.

Ajoutez la menthe hachée, salez et poivrez à votre convenance. Mélangez bien.

Réservez au frais au moins une heure.

## Crumble de courgettes au roquefort

Ingrédients pour 4 personnes :

50 gr de beurre froid  
60 gr de farine  
50 gr de cerneaux de noix  
4 petites courgettes  
2 cuillères à soupe d'huile d'olive  
100 gr de roquefort  
sel

Recette :

Préparez la pâte à crumble. Mixez par à-coups la farine avec le beurre froid, les cerneaux de noix et une pincée de sel. Une fois prête remettre la pâte à crumble au réfrigérateur au minimum 30 minutes. Lavez et coupez les courgettes en cubes et les faire revenir dans une casserole avec l'huile d'olive et une pincée de sel à feu modéré pendant 20-25 minutes en remuant de temps en temps.

Quand les courgettes sont cuites versez-en la moitié au fond des ramequins puis ajoutez la moitié du roquefort en petits morceaux, finissez de remplir les ramequins avec les courgettes et ajoutez par-dessus l'autre moitié du roquefort.

Sortez la pâte à crumble du réfrigérateur et égrainez-la avec une fourchette puis versez-la sur les courgettes et le fromage.

Enfournez pendant 10 minutes dans un four préchauffé à 200°C sur le programme grill.

# LE PANIER DES JARDINS DU BREIL

Le seul panier bio, local et solidaire du pays de Rennes

Année 2016 — Semaine 22

Légumes	Unité	P. U.	Panier DUO		Panier FAMILLE	
			Q	Montant	Q	Montant
courgette	kg	2.50 €	0.7	1.75 €	0.9	2.25 €
radis	unité	1.10 €	1	1.10 €	1	1.10 €
fève	kg	3.90 €	0.8	3.12 €	1	3.90 €
ciboulette	unité	1.10 €	1	1.10 €		0.00 €
PDT nouvelle	kg	4.50 €		0.00 €	0.8	3.60 €
chou de pontoise	kg	2.20 €	0.5	1.10 €	1	2.20 €
				8.17 €		13.05 €



RESEAU COCAGNE



### 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



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://facebook.com/jardinsdubreil)

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

[comiteadherentsjdb.wordpress.com](http://comiteadherentsjdb.wordpress.com)

### Défi Familles, c'est parti!

L'équipe des Jardins est constituée depuis lundi dernier! Une grosse douzaine de familles était rassemblée pour rencontrer Dohina et Alan d'Agrobio 35. Après un brainstorming intense le nom de l'équipe a été déterminé: « Rennes des champs ». Premier rendez-vous le jeudi 9 juin à la MCE pour la formation des capitaines d'équipes, suivi d'un second rendez-vous le 11 juin à la ferme de Pierrick Rigal à Vezin (poules pondeuses) pour visiter les installations et rencontrer le producteur

### La plantation des courges débute

Profitant du micro-climat breton de cette semaine, nous nous affairons à la plantation des courges