

Sauce à l'oseille

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 2 petites échalotes
- 20 cl de crème
- 1 bouquet d'oseille
- 25 cl de vin blanc
- 1 tablette de court-bouillon

- sel
- poivre
- un peu d'eau
- un peu de beurre

Préparation de la recette :

Faire revenir les échalotes dans un peu de beurre ; ajouter le vin blanc, l'oseille et la tablette et laisser réduire de moitié.

Ajouter un peu d'eau (environ 5 cl) et laisser encore réduire.

Ajouter la crème et laisser un peu épaissir. Goûter et rectifier l'assaisonnement. Si la sauce est un peu trop acide, ajouter un peu de crème.

Mixer et servir avec du saumon par exemple.

Chou farci

Ingrédients pour 4 personnes :

500 g de viande hachée, de quorn ou de seitan

- 1 chou
 - 2 oignons
 - 2 gousses d'ail
 - 1 carotte
 - 1 œuf
 - 2 tranches de pain ou un reste de riz cuit
 - 5cl de lait
 - 1 cube de bouillon (bœuf, poule ou légumes)
 - sel, poivre
- Préparation :

Séparez les feuilles de chou, en choisir 8 belles et blanchissez-les 30 secondes dans de l'eau bouillante salée.

Rafraîchissez les sous de l'eau froide et étalez-les sur un linge.

Hachez les oignons et l'ail, coupez la carotte en fins bâtonnets, hachez le reste du chou.

Préparez la farce, salez et poivrez le haché, le quorn ou le seitan. Mélangez-y la moitié des oignons et de l'ail, l'œuf entier, la mie de pain trempée dans le lait et essorée ou le riz

Malaxez bien, partagez cette farce en 8 portions déposées sur chacune des 8 feuilles réservées.

Refermez les feuilles en ballotin et maintenez avec une ficelle. Dans une grande casserole, délayez le cube de bouillon dans un litre d'eau. Ajoutez le reste d'oignons, l'ail, la carotte et le chou haché.

Salez et poivrez. Déposez les choux farcis dans ce bouillon et portez à ébullition. Laissez cuire à petits bouillons 45 min.

Enlevez les ficelles des choux farcis et servez-les avec le bouillon de légumes dans une assiette creuse, accompagnez de pain de campagne.

LE PANIER DES JARDINS DU BREIL

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

Année 2017 — Semaine 10

Légumes	Unité	P. U.	cons.	Panier DUO		Panier FAMILLE	
				Q	Montant	Q	Montant
épinard	kg	4.40 €	I	0	0.00 €	0.7	3.08 €
échalote	kg	5.50 €	III	0.15	0.83 €	0	0.00 €
navet nouveau	unité	2.10 €	II	0	0.00 €	1	2.10 €
céleri rave	kg	2.30 €	II	0.8	1.84 €	0	0.00 €
mâche	kg	11.00 €	I	0.2	2.20 €	0.25	2.75 €
chou de pontoise	kg	2.20 €	II	1	2.20 €	1	2.20 €
oseille	unité	1.10 €	I	1	1.10 €	1	1.10 €
betterave cuite	kg	3.50 €	I	0	0.00 €	0.6	2.10 €
					8.17 €		13.33 €

Conservation I: courte (1-3 j.) II: moyenne (3-7 j.) III: longue (+7 j.)

* SARL PODER (29) Agriculture Biologique



Pour annuler un panier

Avant le lundi 10h

- un e-mail : paniers@jardinsdubreil.fr



Tél. 02 99 54 52 71

site web : www.jardinsdubreil.fr

Mail : paniers@jardinsdubreil.fr

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

twitter.com/JardinsduBreil

comiteadherentsjdb.wordpress.com

Un panier à annuler la semaine prochaine? Merci de nous informer avant jeudi soir

Exceptionnellement le délai est raccourci pour les annulations de la semaine 11. Toute demande d'annulation doit nous parvenir avant jeudi 9 mars au soir

Commandes de caissettes de viande de porc AB

Jeudi 16 mars est la date retenue pour la prochaine livraison de caissettes de viande de porc AB (D. Houget, Bourgbarré). Infos et lien pour commander envoyés par mail