

La Feuille de Choux

Semaine 51 – Année 2020



Le Pays fait son jardin



Réseau Coccagne



Dans votre panier cette semaine :

Légumes	Prix à l'unité	Estim. panier	Prix panier
Carottes	2.70€/kg	900g	2.43€
Mâche	12.00€/kg	200g	2.40€
Navet long noir de Pardailhan ou autre	2.70€/kg	700g	1.89€
Poireaux	2.70€/kg	900g	2.43 €
Radis d'hiver Red Meat	2.70€/kg	500g	1.35 €
Produits issus de l'agriculture biologique Catégorie II Certificateur : FR-BIO-10 / Agriculture France			10.50€

Mot de l'équipe

Nous vous souhaitons de très belles fêtes de fin d'année !

Nous profitons également de l'occasion pour remercier les adhérent.e.s qui ont gâté notre équipe tout au long de l'année par leurs petits mots de remerciement et d'encouragement. Ils ont été appréciés à leur juste valeur et ont surtout touché les cœurs !



Un grand merci à vous !!

RAPPEL : fermeture fin d'année

Le Jardin sera fermé la semaine 53 pour les congés de fin d'année. La dernière livraison est prévue pour le **Mercredi 23 Décembre après-midi**, les livraisons reprendront le Vendredi 8 Janvier 2021.

Si vous souhaitez suspendre un panier supplémentaire, merci de nous prévenir au plus vite !

Film « Campagnes, quand l'Homme renoue avec la nature »

Laurent Cocherel est réalisateur et réside sur la commune de Brécé (Ille-et-Vilaine).

Il prépare un film sur la biodiversité locale en lien avec une agriculture respectueuse de son environnement. Le film sera axé sur la biodiversité de nos campagnes avec des thématiques universelles autour de la ruralité, de la cohabitation homme/animal et de la relation au sauvage, par le biais de 4 portraits d'agriculteurs engagés dans l'agriculture biologique et les circuits courts.

Un projet de film indépendant, grâce au financement participatif. Si vous souhaitez vous pouvez le soutenir : www.kisskissbankbank.com/fr/projects/film-campagnes-quand-l-homme-renoue-avec-la-nature

Période d'adhésion

Sept 2020 – 14 mars 2021

Horaires de distribution

Le Theil vendredi 9h30-19h
La Guerche vendredi 11h - 19h
Janzé mardi 15h - 18h30
Vitré mardi 16h - 19h



Le Relais pour l'Emploi
Ensemble, pour l'Homme, trouvons des solutions

Siège social

6 rue Louis Pasteur
35240 Retiers
02 99 43 60 66
paniers@lerelaispourlemploi.fr



Ce projet est cofinancé par le Fonds social européen

Site de production

La Rigaudière
35240 Le Theil-de-Bretagne
www.lerelaispourlemploi.fr

NAVET NOIR DE PARDAILHAN ET CAROTTES

Le navet noir du Pardailhan, ce légume-racine, dissimule sous une peau noire une chair ivoire à la saveur plus douce, moins piquante que celle des autres navets, avec un léger goût de noisette.

Ce légume rustique est originaire du plateau du Pardailhan dans le Languedoc. À essayer cru, râpé en salade ou cuit tel qu'on le fait en son lieu d'origine, taillé en long dans le sens des fibres et caramélisé, sauté à cru dans la graisse d'oie avec un peu de sucre.



Tarte aux navets, oignons rouges et feta

Ingrédients :

1 pâte brisée	2 œufs
4 navets	1 verre de lait
2 oignons rouges	1 tasse de noix de cajou
1 verre de vin blanc ou de bouillon	80 g de feta
2 cuillères à soupe de miel	2 cuillères à soupe d'huile d'olive
2 cuillères à soupe de crème	sel, poivre, cumin en poudre

Préparation :

Éplucher les oignons rouges et les couper en rondelles. Laver et brosser les navets, les couper en fines rondelles.

Faire revenir oignons et navets dans une sauteuse avec l'huile d'olive. Saler et poivrer. Ajouter le vin blanc (ou le bouillon). Couvrir et laisser mijoter 10 minutes à feu doux en remuant de temps en temps. Ajouter le miel. Laisser cuire encore 5 minutes.

Pendant ce temps, préchauffer le four à 180°C.

Dérouler la pâte dans un moule à tarte sur sa feuille de cuisson, piquer le fond, faire cuire à blanc pendant 15 minutes.

Battre œufs, crème et lait.

Disposer les navets et les oignons rouges sur le fond de pâte. Verser le mélange œufs – crème – lait.

Couper la feta en petits dés. Les disposer sur la tarte.

Écraser les noix de cajou. Les parsemer sur la tarte. Ajouter le cumin en poudre.

Remettre la tarte au four pendant environ 30 minutes.

Tartines aux carottes fondantes et aux chèvres

Ingrédients:

3-4 carottes	un peu de lait
6 petits fromages de chèvre frais	sel, poivre
2 ou 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive	thym
4 belles tranches épaisses d'un pain de campagne	cerneaux de noix

Préparation

Râper les carottes puis les faire cuire dans une casserole avec un petit peu d'eau et avec un couvercle, pendant 20 mn environ. Egoutter.

Dans un grand bol, écraser les fromages de chèvre avec l'huile d'olive et ajouter du lait jusqu'à ce que la consistance soit crémeuse. Ajouter les carottes et bien mélanger. Saler, poivrer.

Étaler le mélange sur les tartines. Décorer avec le thym et des cerneaux de noix.

Déposer les tartines dans un plat ou une plaque et passer au four pour une vingtaine de minutes à 200° environ, en surveillant. Le mélange aux carottes gonfle un peu, et le pain prend une belle couleur dorée. Servir chaud avec une salade verte.

