

La Feuille de Choux

Semaine 32 – Année 2019



Le Pays fait son jardin



Réseau Cavaigne



Dans votre panier cette semaine :

Légumes	Prix à l'unité	Estim. panier	Prix panier
Bettes	2.60€/kg	600g	1.56€
Betteraves botte	2.10€/p.	1	2.10€
Concombre	1.30€/p.	1	1.30€
Poivrons	4.00€/kg	400	1.60€
Tomates anciennes	4.50€/kg	900g	4.05€
Produits issus de l'agriculture biologique / Catégorie II Certificateur : FR-BIO-10 / Agriculture France			10.61€

Panier avancé la semaine 33

Compte tenu du jour férié le jeudi 15 août, **nous prenons la décision de décaler les livraisons de paniers du vendredi 16 au mercredi 14 août.**

- Au Theil de Bretagne, le retrait des paniers s'effectuera **entre 11h et 19h.**
- A La Guerche de Bretagne, les livraisons seront effectuées à **David Fleurs**, 23 Faubourg de Rennes **vers 12h.**

Les conséquences de la canicule

Rappelez-vous, l'année dernière notre Jardin avait souffert de la canicule au mois de juillet et bien rebelote cette année... Les fortes chaleurs des dernières semaines ont eu des conséquences préoccupantes sur certains de nos plants.

Ainsi, cette semaine nous avons été dans l'obligation de détruire la totalité de nos choux. Ces derniers étaient attaqués par des altises, petits insectes sauteurs faisant de gros dégâts sur les choux qu'ils grignotent et perforent. Appréciant les étés secs et chauds, ces derniers se sont rués sur les jeunes plants. Nous avons réussi à trouver de nouveaux plants du côté de Paimpol que nous avons replanté et bâché mais cela aura pour conséquence d'avoir des choux plus tardifs.

Du fait du manque d'eau, de la restriction d'arrosage et de notre système d'irrigation limité sur nos parcelles, nos légumes ont végété, ces derniers ont ralenti leur développement. Cela concerne notamment nos courges et nos carottes. Aussi, nous avons perdu notre première série de carottes que nous avons ressemé, entraînant sûrement un retard dans la récolte.

Nous avons limité la perte au sein de nos serres par un arrosage important afin de diminuer la température et remédier au dessèchement des fleurs de tomates.

Et nos pommes de terre ne sont pas en reste ! Elles ont été attaquées par des doryphores (insectes ravageurs) et ont été contaminé par le mildiou, phénomène étrange car cette maladie se développe habituellement grâce à l'alternance d'épisodes pluvieux et d'épisodes de chaleurs. Problèmes que nous avons réussi à contenir mais ayant possiblement un impact sur le rendement et le calibre de nos pommes de terre.

Un vrai coup dur donc... Mais nous gardons le moral et la pluie revient !

Période d'adhésion

18 Mars – 15 Septembre 2019

Horaires de distribution

Le Theil	jeudi 12h - 14h 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, trouver 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

TOMATES ET BETTES

Tarte aux tomates anciennes

Ingrédients

800g de tomates anciennes
2 c. à soupe de pesto verde
300 g de farine T80
1 œuf

2 boules de mozzarella
Quelques feuilles de basilic frais
50 g d'huile d'olive



Préparation

Préparer la pâte

Préchauffer le four à 180 °C.

Mélanger la farine et 1 c. à café de sel. Creuser un puits, y placer l'huile, l'œuf battu et 60 ml d'eau. Mélanger à la fourchette puis à la main pour former une boule. Abaisser la pâte en cercle sur une plaque de cuisson.

Confectionner la tarte

Couper en tranches les tomates et les mozzarellas, en faisant en sorte de laisser de côté le jus et les pépins des tomates. Placer un grand bol au centre de la pâte et tartiner la pâte libre avec le pesto. Disposer les tranches de tomate et de mozzarella sur le pesto. Oter le bol. Tracer une croix au centre du cercle, puis une autre croix de manière à obtenir 8 parts. Rabattre la pointe de chaque part vers l'extérieur, sur la garniture. Enfourner pour 35 mn. Parsemer de feuilles de basilic ciselées. Servir tiède.

PS : Ne jetez pas le jus de tomates mis de côté, il peut être utilisé dans la cuisson de votre riz par exemple !

Galette aux blettes, fromage de chèvre et noix du Brésil

Les bettes sont aussi nommées : blettes, bettes à carde, poirées, poirées à carde, joutes, jottes, côtes de bettes...



Ingrédients

1 botte de blettes
100 g de farine d'épeautre
60 g de farine de sarrasin
6 noix du Brésil

4 c. à soupe d'huile d'olive
1 fromage de chèvre frais (pas trop frais !) de 100 g
1 c. à soupe de moutarde douce aux aromates

Préparation

Laver et émincer les blettes. Cuire à l'étouffée pendant 10 à 15 mn, jusqu'à ce que les côtes soient tendres (on peut ajouter les feuilles au bout de 8 mn de cuisson car elles n'ont pas besoin de cuire aussi longtemps que les côtes).

Préparer la pâte en mélangeant les farines avec une pincée de sel. Ajouter l'huile et mélanger rapidement à l'aide d'une fourchette. Ajouter juste assez d'eau pour pouvoir former une boule de pâte. Abaisser la pâte sur une feuille de papier cuisson et transférer la sur une plaque de cuisson. Bien égoutter les blettes (presser avec les mains pour vider tout le jus) et disposer sur le fond de tarte, en laissant 4 cm de bord. Ecraser le fromage de chèvre avec la moutarde et émietter sur les blettes. Ajouter les noix du Brésil concassées. Rabattre les bords de pâte par dessus la garniture. Enfourner pour 30 mn à 180 °C (four préchauffé). Servir chaud, tiède ou froid.