

La Feuille de Choux

Semaine 35 – année 2017



Le Pays fait son jardin



Réseau Coccagne



Dans votre panier cette semaine :

Légumes	Prix à l'unité	Estim. panier	Prix panier
Aubergine	4.00€/kg	400g	1.60€
Laitue	1.00€/p.	1 p.	1.00€
Pâtisseries	2.50€/kg	800g	2.00€
Poivrons	4.00€/kg	400g	1.60€
Tomates anciennes	4.50€/kg	900g	4.05€
Produits issus de l'agriculture biologique / Catégorie II Certificateur : FR-BIO-10 / Agriculture France			10.25€

Renouvellement de notre certification A.B.

Ce jeudi 31 août, RDV est pris avec l'organisme de certification *Bureau Veritas* pour le renouvellement de notre certification « Agriculture Biologique ». Ce contrôle a lieu tous les ans et vise à s'assurer que :

- tous les achats que nous effectuons (ex : terreau, fumier, produits de traitement phytosanitaire) sont bien utilisables en A.B.,
- nos semences de légumes et engrais verts sont certifiées bio,
- la quantité et le dosage des traitements utilisés respectent les normes de l'A.B.,
- les mentions légales et logo « A.B. » sont correctement apposés sur les factures et documents divers que nous établissons,
- les produits complémentaires (ex : légumes, pommes, œufs bio) qui font l'objet d'achat / revente sont bel et bien certifiés eux aussi.

Enfin, la liste des légumes et fruits mis en culture et concernés par la certification A.B. est vérifiée et mise à jour le cas échéant.

RAPPEL : Un semestre se termine...

A compter de la **semaine 37** (débutant le 11 septembre), nous entamerons une nouvelle période d'abonnement de 6 mois.

Nous renouvelerons tacitement votre abonnement au panier pour cette nouvelle période, sauf courrier de votre part signalant le souhait d'y mettre fin.

Auquel cas, merci de nous indiquer les éléments qui motivent votre envie d'arrêter. **Votre retour est important afin que l'on puisse répondre au mieux aux attentes de nos adhérents.**

Et à tou(-te)s celles et ceux qui poursuivent l'aventure avec nous :

merci pour votre fidélité !

Menace sur les contrats aidés

Le 8 août, Mme la Ministre du Travail a parlé des contrats aidés à l'Assemblée Nationale avec un discours très critique et peu nuancé, en se basant sur des études de la DARES, de l'OCDE et de la Cour des Comptes. Trop coûteux, ne représentant pas un tremplin pour l'insertion, ces contrats ne seraient pas efficaces dans la lutte contre le chômage de masse sur le long terme. L'Etat prévoit ainsi de baisser le nombre de contrats aidés (de 459.000 en 2016 à 310.000 en 2017) au profit d'investissements dans la formation et le développement des compétences. Seraient visés les CUI-CIE et CUI-CAE, hors Education Nationale. Les contrats aidés des salariés de notre Chantier d'insertion, des CDDI (Contrats à Durée Déterminée d'Insertion) ne semblent actuellement pas concernés par cette restriction...

Période d'adhésion

Du 13 Mars au 10 Septembre 2017

Horaires de distribution

Le Theil	jeudi 12h - 14h vendredi 9h30 - 19h
La Guerche	vendredi 11h - 19h
Zanzé	mardi 15h - 19h
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

PATISSON



Le pâtisson appartient à la famille des cucurbitacées, de la même famille botanique que la courgette et que certaines courges (comme la Spaghetti). Le pâtisson a une chair plus dense et plus savoureuse. Il se consomme cru à l'état jeune ou plus tard cuit comme des courgettes. Il est riche en eau, minéraux, oligo-éléments, fibres et vitamines A, B, PP et C.

Gratin de pâtisson

Préparation : 20 min. | Cuisson : 55 min.

Ingrédients (pour 2 personnes) :

1 pâtisson moyen	100 g de lardons naturels
1 botte de cébette	200 ml de crème fraîche liquide
3 gros champignons de Paris	70 g de fromage râpé
2 cuillère à soupe d'ail haché	beurre
4 cuillère à soupe de persil haché	sel, poivre, muscade

Préparation :

Laver le pâtisson. Le faire cuire à la vapeur, couvert, pendant 25 minutes. Laisser refroidir, éplucher et enlever les graines. Couper en cubes de 2 cm.

Dans une poêle, faire revenir les lardons, les champignons coupés en petits morceaux et la cébette en fines rondelles. Ajouter l'ail et persil. Laisser cuire une dizaine de minutes. Ajouter un morceau de beurre et mélanger. Saler et poivrer. Réserver.

Préchauffer votre four à 180°. Dans un plat qui va au four verser les cubes de pâtisson. Ajouter les lardons et légumes. Couvrir le tout avec la crème fraîche, saupoudrer de muscade. Recouvrir de fromage râpé. Cuire à 180° pendant 30 minutes.

Pâtisson aux ravioles, thym et comté

Ingrédients (pour 4 personnes) :

4 pâtissons individuels	25 cl de crème fleurette
4 plaques de ravioles	Thym
4 gousses d'ail	sel
Comté	

Préparation :

Coupez un chapeau à vos pâtissons. Enlevez ensuite les graines puis ôtez délicatement le maximum de chair de vos pâtissons. Réservez les pâtissons évidés et faites chauffer un peu d'huile d'olive dans une poêle.

Faites revenir doucement la chair des pâtissons avec un peu d'ail (une gousse par pâtisson). Ajoutez du thym, un peu de sel. Laissez cuire une quinzaine de minutes à feu doux et à couvert. Pendant ce temps, mettez votre four en préchauffe sur 180°. Ajoutez ensuite un peu de crème (deux cuillères à soupe environ par pâtisson) à votre préparation et rectifiez éventuellement l'assaisonnement.

Farcissez vos pâtissons avec cette préparation, une poignée de ravioles et un peu (ou beaucoup!) de comté râpé.

Déposez vos pâtissons, chapeautés, sur une plaque ou dans un grand plat, recouvert de papier sulfurisé, et enfournez-les pour 15 minutes.

Si vous le souhaitez vous pouvez en fin de cuisson, enlever les chapeaux et laissez gratiner quelques minutes sous le grill.