



Le coin des recettes

Crumble de navets

0.5kg navets ou mélange de carottes et navets
huile
cumin ou thym
50 g de beurre
50 g de parmesan râpé ou feta
80 g de farine
crème ou reste de purée

Préparation

Couper les navets en cubes (ou un mélange carottes et navets) et les cuire à l'étouffée ou les faire revenir à la poêle dans un peu d'huile jusqu'à ce qu'ils soient tendre avec du sel et du cumin ou du thym (environ 15 minutes).

Pendant ce temps préparer les miettes de crumbles en travaillant du bout des doigts le beurre (ou 3 c. à soupe d'huile), le parmesan (ou la feta) et la farine. Lier les légumes avec un peu de crème ou un reste de purée. Les mettre dans un plat, recouvrir avec les miettes de crumble.

Gratiner au four 25 min à 180°C.

Cette semaine, les pommes de terre proviennent du « **Domaine de la Poterie** » à **Ecoveux**.

Ces pommes de terre sont de la variété Ditta. C'est une chair ferme qui peut être utilisée vapeur, rissolée...

Velouté de panais au gingembre

Ingrédients

- 2 gros panais
- 1 grosse pomme de terre
- 3 cm de gingembre frais
- 30 cl de crème végétale (j'ai utilisé de la crème de soja mais vous pouvez cuisiner avec un autre type de crème ou du lait de coco si vous voulez)
- 1/2 gousse d'ail
- Bouillon de légumes
- Sel, poivre et huile d'olive

Mettre à bouillir un grand volume d'eau avec un bouillon cube de légumes dans une grande casserole.

Laver, éplucher et détailler la pomme de terre, les panais et le gingembre frais en cubes puis les mettre dans l'eau bouillante.

Laisser cuire 10-15 minutes jusqu'à ce que les légumes soient fondants.

Égoutter les et les mettre dans le bol du mixeur, ajouter sel, poivre, ail et crème et mixer jusqu'à obtenir une purée lisse. N'hésitez pas à ajouter un peu d'eau si vous trouvez le velouté trop épais. Faire réchauffer à feu doux si nécessaire et servir à l'assiette avec un filet d'huile d'olive et un tour de moulin de poivre.



Retrouvez-nous sur notre page Facebook « Arozoar Cocagne »



C'est de saison



Envie de légumineuses, farines, bières ou pain ?



La Ferme du Mont d'Or et la Ferme des Sources travaillent en partenariat pour vous proposer leurs produits en circuit court, en quasi-totalité du producteur au consommateur.

Nous venons de recréer un lien afin que vous puissiez commander et retirer vos commandes directement au jardin, le vendredi de 17h à 19h, lors de la permanence paniers.

Bières, farines, légumes secs et pains sont disponibles sur commande VIA l'application **Cagette**.

Un groupe a été créé pour vous, en voici le lien : <http://app.cagette.net/group/5102>

C'est très simple d'utilisation : vous commandez, réglez en ligne et vos produits seront déposés le vendredi au Jardin !

Vous pourrez ainsi trouver farines, légumes secs et bières de la Ferme du Mont d'Or et le pain de La Ferme des Sources.

La clôture des commandes est effectuée le mercredi soir à 23h59 pour mémoire et les commandes de la semaine suivante s'ouvrent le vendredi.

Attention, nous ne pouvons pas livrer ces produits sur les points de dépôt...



La Ferme des Sources