

# Les Jardins d'avenir

Semaine 48

26 Nov au 02 déc 2018

## Info jardin

Comme pour les tomates la semaine dernière , *il y aura* du poivron vert de disponible en libre service . *Les jardiniers laisseront un cageot sur les lieux de distribution des paniers.*

*Chacun pourra se servir librement.*

Pour nous joindre : [lesjardinsdavenir44@yahoo.fr](mailto:lesjardinsdavenir44@yahoo.fr)  
ou tél : 07 68 00 41 23

## Composition de votre panier cette semaine

Légumes	9€	11€50
Mâche	0,2 kg	0,2 kg
Aubergine	0,6 kg	0,6 kg
Courge Sucrine du Berry	1,150 kg	1,150 kg
Persil	1 Bouquet	1 Bouquet
Oignon	0,4 kg	0,4 kg
Épinards	-----	0,5 kg

# Tarte salée à la courge sucrine du Berry

La sucrine du Berry a une chair délicatement sucrée,  
ce plat la met en valeur

Préparation : 30 mn- Cuisson : 40 mn

## Ingrédients pour 4 personnes:

1 sucrine du Berry – 4 œufs - Gruyère râpé  
- 1 pâte brisée (maison, c'est encore mieux!)  
Poivre – Sel – Muscade .

## Préparation

- 1 Préparer d'abord la pâte brisée (100 g de beurre, 200 g de farine, du sel, un demi-verre d'eau tiède) pour pouvoir la laisser reposer.
- 2 Débiter la courge en cubes grossiers, les mettre à cuire dans de l'eau salée. Une fois les dés cuits, les égoutter, laisser refroidir.
- 3 Séparer les blancs des jaunes. Mixer la sucrine du Berry avec les jaunes d'œuf et du gruyère râpé (environ 100g), saler, poivrer, muscader selon vos goûts.
- 4 Monter les blancs en neige ferme et les incorporer à la préparation de courge, le mélange doit être mousseux.
- 5 Faire préchauffer votre four à 200°C. (Th 6-7)
- 6 Abaisser la pâte, y glisser la préparation, la lisser avec une spatule, parsemer de gruyère râpé pour gratiner, faire cuire 30 minutes à four chaud.
- 7 Servir avec du mesclun, ça fera un repas complet pour le soir, sinon le plat peut être servi en entrée (dans ce cas pour 8 personnes).

# Les Jardins d'avenir

Semaine 48

26 Nov au 02 déc 2018

## Info jardin

Comme pour les tomates la semaine dernière, *il y aura* du poivron vert de disponible en libre service. *Les jardiniers laisseront un cageot sur les lieux de distribution des paniers.*

*Chacun pourra se servir librement.*

Pour nous joindre : [lesjardinsdavenir44@yahoo.fr](mailto:lesjardinsdavenir44@yahoo.fr)  
ou tél : 07 68 00 41 23

## Composition de votre panier cette semaine

Légumes	9€	11€50
Mâche	0,2 kg	0,2 kg
Aubergine	0,6 kg	0,6 kg
Courge Sucrine du Berry	1,150 kg	1,150 kg
Persil	1 Bouquet	1 Bouquet
Oignon	0,4 kg	0,4 kg
Épinards	-----	0,5 kg

# Tarte salée à la courge sucrine du Berry

La sucrine du Berry a une chair délicatement sucrée, ce plat la met en valeur

Préparation : 30 mn- Cuisson : 40 mn

## Ingrédients pour 4 personnes:

1 sucrine du Berry – 4 œufs - Gruyère râpé  
- 1 pâte brisée (maison, c'est encore mieux!)  
Poivre – Sel – Muscade .

## Préparation

- 1 Préparer d'abord la pâte brisée (100 g de beurre, 200 g de farine, du sel, un demi-verre d'eau tiède) pour pouvoir la laisser reposer.
- 2 Débiter la courge en cubes grossiers, les mettre à cuire dans de l'eau salée. Une fois les dés cuits, les égoutter, laisser refroidir.
- 3 Séparer les blancs des jaunes. Mixer la sucrine du Berry avec les jaunes d'œuf et du gruyère râpé (environ 100g), saler, poivrer, muscader selon vos goûts.
- 4 Monter les blancs en neige ferme et les incorporer à la préparation de courge, le mélange doit être mousseux.
- 5 Faire préchauffer votre four à 200°C. (Th 6-7)
- 6 Abaisser la pâte, y glisser la préparation, la lisser avec une spatule, parsemer de gruyère râpé pour gratiner, faire cuire 30 minutes à four chaud.
- 7 Servir avec du mesclun, ça fera un repas complet pour le soir, sinon le plat peut être servi en entrée (dans ce cas pour 8 personnes).