La recette du jour

Crumble d'aubergines

Pour 4 personnes
• 2 grosses aubergines • 4 tomates • Feuilles de basilic
• 100 g de beurre un peu ramolli • 100 g de parmesan râpé
• 100 g de farine • 4 c. à s. de vinaigre balsamique • 2 c. à s. d'huile d'olive • Sel et poivre

Préchauffez le four à 200°C

Préparez les aubergines : les coupez-les en 2, entaillez leur chair au couteau (dessiner des losanges), badigeonnez-les à l'huile d'olive, enfournez pour 30 mn

Préparez le crumble : découpez le beurre en cubes, mélangez dans un saladier avec la faine et le parmesan. Malaxez le tout aux doigts (résultat granuleux)

Coupez les tomates en rondelles et les feuilles de basilic en lanières

Quand les aubergines sont cuites, sortez-les du four (à laisser allumé) et recueillez leur chair et coupez-la en dés, garnissez-en un plat à gratin, salez et poivrez. Ajoutez les tranches de tomates et les lanières de basilic, le vinaigre balsamique puis le mélange de crumble

Enfournez pour 25 mn de cuisson

PS : on peut enrichir la pâte à crumble de pignons de pin torréfiés et/ou en faire un plat complet en ajoutant un reste de viande dans la préparation de légumes / Cette préparation se congèle très bien

Merci Maryvonne *(adhérente) pour cette recette*

Ce numéro a été conçu par l'ensemble de l'équipe
du ***Jardin de Cocagne Nantais***
http://jardincocagnenantais.eklablog.com/
7, rue des Ruettes - 44 470 Carquefou
tél : 02 40 68 91 67 - e-mail : jdcnantais@orange.fr

Les brèves du Jardin

N°677

Pas de pain
du 26 juillet à fin août !

Année 2020 - semaine 30
Mardi 21 juillet

Vacances : petit effectif !

Ce lundi, nous avons maintenu la **sortie d'été avec pique-nique et baignage** pour donner un petit air de vacances aux jardinier·e·s, cette année nous sommes à nouveau allés à Oudon...

Nous serons en petit effectif jusqu'au 15 août, **merci d'être bien vigilant à venir chercher votre panier et à nous prévenir** quand vous avez un souci (que vous ne pouvez pas le prendre) !

Muriel lance le ballet des vacances et est **en congés jusqu'à fin juillet**.

Nous commençons à avoir les **tomates de plein champ**, qui vont prendre le relais de celles de tunnel. Elles devraient être très bonne. **Merci de nous donner votre avis sur comment vous les trouvez...**

Cette semaine dans votre panier

	Unité	Petit panier (qt en unité)	Grand panier (qt en unité)
Aubergine	kg	0.35	0.5
Courgette	kg	0.7	0.9
Haricots verts	kg	0.3	0.4
Tomate	kg	0.4	0.6
Aromate	botte		1
Concombre	pièce	1	1
Salade	pièce		1
	pièce		
	pièce		
	pièce		
Prix panier		9.20 euros	13 euros

Les légumes sont produits selon le respect du mode d'agriculture biologique (certifié par ecocert189302P) sur le Jardin de Cocagne Nantais.