

Histoire de panier du 8 juin 2017

Ça y est nous y voilà ! Quel plaisir de reprendre le rythme de ce rendez-vous hebdomadaire autour de Pascal et Jérôme ! Nos jardiniers mettent toute leur générosité et tout leur cœur à cultiver les légumes qui ne manqueront pas, cette année encore, d'étonner et d'exciter nos papilles.

Qui dit printemps dit aussi effervescence, explosion au jardin !

N'oubliez pas que toute main d'œuvre est toujours bien venue pour le désherbage, la chasse aux ravageurs, la récolte... Alors n'hésitez pas à envoyer un petit message aux jardiniers pour savoir où et quand vous pourrez les aider.

Pour ce lancement de saison, vous avez pu découvrir dans vos paniers :

- En exclusivité : le Radis FX. Il est très juteux, peut être assez gros mais rarement creux. La force du printemps ! Vous apprécierez sa belle robe violette.

Pour les palais délicats qui le trouveraient un peu « coriace », râpez-le en salade avec quelques carottes et une betterave crue ; ou bien coupez-le en rondelle dans une salade de riz par exemple. La tartine beurrée marche aussi très bien !

- L'arroche. C'est l'ancêtre de l'épinard, elle se cuisine comme ce dernier d'ailleurs.

Testez-la entartée ! Après avoir enlevé les côtes, faites cuire l'arroche à l'étouffée avec de l'ail, des échalottes. Déposez sur un fond de tarte avec du fromage frais de chèvre ou de brebis, une poignée de raisins secs. Ajoutez un appareil (3 œufs battus avec un peu de crème et du lait). Enfournez. Ou en lasagnes vertes : même principe, on cuit l'arroche à l'étouffée, relevée avec de l'ail et des échalottes. Puis on y ajoute quelques feuilles de menthe hachées, 1 cuillère à soupe de zeste de citron émincé. On prépare 50 cl de béchamel. Enfin on monte les lasagnes en alternant les couches de pâtes et les couches d'arroche + du chèvre frais émietté + 1 peu de béchamel.

- Quelques têtes d'ail frais.

- La cressonnette verte : cette belle salade aux feuilles pointues s'est ressemée spontanément au jardin l'automne dernier.

- Des pois mange-tout (dans les grands paniers). C'est une première récolte de stimulation : on cueille les jeunes gousses pour stimuler la plante et avoir un meilleur rendement. Malin !

Pour finir, quelques petits rappels :

- Pensez à vérifier si vous faites partie de l'équipe de préparation des paniers en consultant le planning envoyé par Véronique ou téléchargeable sur le site de l'AMAP dans l'onglet documents → Gestion légumes (pour se connecter sur le site : login = invité / pass = invité).

- Rapportez bien vos cabas et vos pochons en papier chaque jeudi.

Bonne semaine à tous !

Judith