

Contenu du panier

- **Batavia**
- **Chou fleur**
- **Céleri rave**
- **Radis noir**
- **Carottes**

Paniers de plus de 1 part : choucroute

Kig ha legumaj

Paniers de la semaine 6 (du 2 au 9 février)

Attention ! Il n'y aura pas de livraison pendant les vacances de février (du 7 au 22)

Prochaine livraison le 26 et 27 février

Les « 32 de Villereau »

Le 14 aout 2006, 32 « faucheurs volontaires » ont détruit une culture de maïs OGM Monsanto. Leur action, ainsi que d'autres, ont permis que le problème des OGM soit notamment à l'ordre du jour du Grenelle de l'environnement. Parmi les 32, figure Lucien Gorvan (appelé le « père Noël » par mes enfants) qui nous fournissait en pommes jusqu'à l'année dernière. Après procès, appel et cassation ils ont été condamnés en tout à 60300 euros plus 270 euros de frais par personne et des peines de prison avec sursis (certains d'entre eux ont eu en plus l'outrecuidance de refuser le fichage ADN). Cette somme n'inclue pas les dommages et intérêts que Monsanto n'a pas encore chiffré. Si vous êtes opposé aux OGM, ces personnes ont porté **votre opinion et l'on fait connaître** (même si leurs méthodes peuvent être contestées), les aider relève donc aussi de votre responsabilité. Lucien a dépasser les 65 ans et vit (?) de sa retraite agricole (environ 650 euros par mois) et il croit toujours en se qu'il fait qu'elles qu'en soient les conséquences. Vous pouvez leur donner un coup de main en envoyant un chèque à l'ordre du « trésor public » à l'adresse suivante :

Marc Olivier
30 route de kergoat
29180 QUEMENEVEN

La choucroute

La choucroute provient de la fermentation lactique du chou. D'autres légumes, comme le navet ou la carotte, peuvent aussi se préparer de la même façon. Pour beaucoup la choucroute est alsacienne mais celle-ci vient de Cléder, de chez Stéphane Quéré, comme beaucoup de légumes de vos paniers.

La choucroute crue doit être rincée puis pressée fortement entre les mains pour en extraire le jus de fermentation. L'opération peut être renouvelée 1 ou 2 fois suivant les goûts.

Pavés de saumon à la choucroute

Pour 4 personnes :

4 pavés de saumon, 4 fines tranches de lard fumé, 2 oignons, 600 gr de choucroute crue, thym, laurier, 10cl de vin blanc, huile sel et poivre

Pelez et émincez très finement les oignons, faites les fondre doucement dans un peu d'huile. Au bout de 5 minutes, ajoutez la choucroute, puis le thym, le laurier, salez et poivrez, versez le vin blanc. Mettez un couvercle et laissez mijoter une heure. Badigeonnez les morceaux de saumon avec l'huile restante. Posez-les dans une poêle à fond épais, portez sur feu modéré et faites cuire doucement sur une seule face 7 à 8 minutes. Surveillez bien la cuisson pour que la chair reste moelleuse. Faites griller les tranches de lard dans une petite poêle sur feu vif, sans ajouter de matière grasse. Répartissez dans chaque assiette un lit de choucroute, posez dessus un pavé de saumon et le lard grillé. Vous pouvez rajouter quelques pommes de terre à l'eau.

Quelques idées de plats (par manque de place)

Quiche de fleurette de chou fleur (sur une pâte brisée, mettre les fleurettes encore fermes cuites vapeur et un appareil composé d'un jaune d'oeuf le lait et crème fraîche, un peu de muscade et de fromage), purée de céleri parmentière (moitié pommes de terre plus crème fraîche), radis noir glacé au miel (couper le radis épluché en dé, les faire revenir dans du beurre, rajouter du miel couvrir d'eau et laisser mijoter sans couvrir jusqu'à une cuisson fondante)...