

## Contenu du panier

- **Batavia**
- **Brocoli violet du Cap**
- **Céleri rave**
- **Radis**
- **Carottes**

**Paniers de plus de 1 part : Chou rouge**

# Kig ha legumaj

Paniers de la semaine du 16 au 22 mars

## Le brocoli violet du cap

Autrefois, lorsque les semences ne faisaient pas l'objet d'une sélection aussi draconienne que maintenant, la mutation violette du chou fleur ou du brocoli était courante. Les sujets violets n'étaient pas commercialisés mais finissaient sur la table du producteur et ils étaient appelés « gwined » (avinés) en breton. Il semblerait qu'en Afrique du Sud cette couleur était mieux tolérée et, à présent, les variétés violettes sont dites « du Cap ». Hélas leur teinte originale disparaît à la cuisson, aussi il est préférable de les consommer crus. Les tiges et le trognon sont également délicieux crus (éventuellement épluchés) servis en batonnets.

Si vous voulez le cuire, faites le 5mn à la vapeur après l'avoir trempé dans de l'eau fortement vinaigrée pour conserver sa couleur (attention, les mystères de la chimie font que cela ne marche pas à tous les coups!)

## Petits bouquets de brocoli sauce anchois

Lavez un brocoli et découpez-le en tous petits bouquets .

Prendre un mixeur (petit bol ) y mettre trois filets d'anchois , une cuillère à soupe de vinaigre , du sel , du poivre et deux cuillères à soupe d'huile .Faire une sauce .( consistance épaisse )

Servir vos petits bouquets crus bien égoutés avec cette sauce.

## Les radis

« Chacun sait qu'autrefois les femm's convaincues d'adultère

Se voyaient enfoncer dans un endroit qu'il me faut taire

Par modestie...

Un énorme radis. » (G. Brassens)

Si vous connaissez la chanson jusqu'au bout, vous savez, que la seule chose qui dépasse, ce sont les fânes...

## Soupe de fânes de radis

Feuilles d'une botte de radis, 2 pommes de terre moyennes , 10 g de beurre , sel, poivre

Récupérer les plus belles feuilles (fanes) de votre botte de radis.

Epluchez les pommes de terre et coupez-les en morceaux.

Faire fondre le beurre dans une cocotte et y jeter les fânes de radis.

Faire suer quelques minutes.

Ajoutez les morceaux de pommes de terre recouvrez d'eau.

Salez, poivrez et laissez cuire 30 minutes environ.

Mixez et ajoutez un peu de noix de muscade râpée.

## Chips de céleri

Taillez le céleri en lamelles très fines de préférence au robot ou à la mandoline.

Séchez les tranches soigneusement.

Faites chauffer l'huile dans une grande casserole.

Faites un mélange de paprika et de curry

Roulez les lamelles de céleri dedans.

Plongez-les dans l'huile par petites quantités.

Laissez frire 1 min puis retirez les chips avec une écumoire et égouttez-les sur du papier absorbant.