de la terre à l'assiette

L'hebdo des paniers n°38

Semaine du 19 au 25 Septembre 2022

Les infos de la semaine

Ca sent la fin de l'été, même si le soleil nous offre encore de belles journées lumineuses! Mais dans vos paniers, il n'y aura bientôt plus de légumes ratatouille; en effet, courgettes, poivrons, aubergines, et tomates se terminent petit à petit! Profitons donc de ceux de cette semaine.
Le fenouil du Val d'Amour a enfin pris de l'embonpoint, on retrouve avec plaisir les beaux bulbes bien dodus et bien blancs!
Les céleris du Pré Velot ne grossissent pas, la canicule de cet été ayant bloqué leur croissance; du coup, nous vous proposons ces tous petits céleris avec leurs feuilles bien fournies à petit prix: la partie rave fera un complément pour une soupe et les feuilles pourront être utilisées dans les 2 recettes ci-dessous, extraites du livre Fruits et légumes, cuisinez les de la feuille au trognon » de Delphine Brunet.
Nous profitons une dernière fois des melons des Jardins de Gy.
Bonne dégustation!

Conseils de conservation

Pdt chair ferme et polyvalente Gy et GG	2 semaines à température ambiante, au sec et à l'abri de la lumière
Carotte GG et betterave Gy	1 semaine dans un sac plastique perforé au réfrigérateur
Courgette VA et Gy, poivron Gy et OB, poireau GG, aubergine OB	1 semaine dans le bac à légumes du réfrigérateur
Tomate VA, Gy et OB	4 à 5 jours dans un endroit frais et sec
Courge potimarron FK et butternut FK	2 à 3 semaines dans un endroit sec et aéré; ne pas mettre au réfrigérateur
Fenouil VA	1 semaine au réfrigérateur dans une boîte hermétique
Haricot vert VA	3 à 4 jours dans le bac à légumes du réfrigérateur
Chou kale LM et côte de bette LF	1 semaine dans un torchon bien serré dans le bas du réfrigérateur
Champignon All. et BFC	3 à 4 j. dans le sac en papier dans le bac à légumes du réfrigérateur
Salades GG	3 à 4 jours au réfrigérateur, lavée et essorée, dans une boîte hermétique
Bulbes VA , GG et LF, et patate douce FK	2 semaines dans un endroit sec, frais et à l'abri de la lumière
Herbes aromatiques VA et Gy	4 à 5j sans l'élastique, dans du papier absorbant, dans le bac à légumes du réfrigérateur
Melon charentais Gy et quetsches Alsace	2 à 3 jours dans un endroit frais, sinon au réfrigérateur
Agrumes Espagne	1 semaine dans le bac à légumes du réfrigérateur
Raisin noir et blanc France et chasselas LF	2 à 3 jours dans un endroit sec et frais, sinon au réfrigérateur
Pomme Vosges et OB	A température ambiante, dans un endroit aéré, sec et frais
Figue noire France	3 à 4 j. à température ambiante, et 8 j. enveloppées dans un torchon au réfrigérateur
Poire Vosges et France	2 à 3 jours à température ambiante, et 1 semaine dans le bas du réfrigérateur

Les 2 recettes de la semaine

Ingrédients: (pour un bocal) Les feuilles d'un céleri rave 2 c.à s.de graines de céleri Gros sel	**Feuilles de céleri au sel:** Lavez et séchez bien les feuilles de céleri; hachez-les finement au couteau. Disposez une couche de feuilles ciselées au fond d'un bocal préalablement stérilisé, puis saupoudrez de gros sel et ensuite de graines de céleri; renouvelez l'opération jusqu'en haut du bocal; fermez-le et entreprosez-le 2 semaines au frais avant utilisation. Les feuilles de céleri au sel se consomment pour relever une poêlée de légumes ou une salade.
Ingrédients: (pour un bocal) 500g de branches de céleri 500g de sucre Le jus d'un demi citron	**Confiture de branches de céleri:** Lavez les branches de céleri , puis coupez-les finement. Faites macérer avec le sucre et le citron dans un récipient en plastique pendant une nuit. Le lendemain, récupérez le jus et faites-le bouillir quelques minutes dans une cocotte à fond épais; ajoutez les branches de céleri et faites cuire pendant 20 minutes en remuant régulièrement. Versez la confiture immédiatement dans des pots stérilisés, fermez le couvercle, retournez les pots jusqu'à refroidissement puis stockez-les dans un endroit à l'abri de la lumière. Servez cette confiture en accompagnement d'un plateau de fromages.
Ingrédients: (pour 4 personnes) 2 bulbes de fenouil 3 oignons nouveaux 2 branches de thym 50g de parmesan râpé 50g de copeaux de parmesan 1 pâte feuilletée 1 c.à s.de sucre, sel, poivre	**Tatin de fenouil:** Lavez les fenouils, coupez la base et les tiges, puis coupez les bulbes en tranches régulières dans la hauteur; pelez et émincez les oignons; dans une grande poêle, faites revenir les oignons et le fenouil avec 3 cuillérées à soupe d'huile d'olive pendant 5 minutes; parsemez de thym, de sucre, de sel et de poivre, ajoutez un demi verre d'eau, puis faites cuire à couvert pendant 20 minutes; à mi cuisson, retournez délicatement les tranches de fenouil. Préchauffez le four à 200°C; disposez les ronds de fenouil dans un moule préalablement beurré en formant une fleur; ajoutez les oignons dans les interstices et saupoudrez de parmesan; recouvrez ensuite toute la préparation avec la pâte feuilletée, en enfonçant bien les bords tout autour du moule; piquez une fourchette dans la pâte à plusieurs endroits pour éviter qu'elle ne gonfle; faites cuire pendant 25 minutes. Démoulez dès la fin de la cuisson, parsemez de copeaux de parmesan et servez aussitôt.

Rappel:

Toute annulation de panier doit être faite au plus tard 10 jours avant la livraison.