

Vous prendrez bien un p'tit dessert ?



TARTE AU MELON ET NOISETTES

INGRÉDIENTS

- Pâte brisée :
- 250 g de farine
- 125 g de beurre extra fin
- 1 pincée de sel
- 1 jaune d'œuf
- 8 cl d'eau ou de lait (environ)
- Garniture :
- 1 melon
- 3 œufs entiers
- 50 g de noisettes en poudre
- 40 cl de crème semi-épaisse
- 60 g de miel crémeux
- 50 g de sucre vanillé
- 30 g d'éclats de noisettes

PRÉPARATION

Préparer la pâte à tarte. Disposer la farine en fontaine sur un plan de travail, ajouter la pincée de sel et le beurre ramolli coupé en petits morceaux. Sabler du bout des doigts, ajouter le jaune d'œuf, mélanger, puis peu à peu le liquide. Pétrir la pâte et former une boule. Réserver la pâte au réfrigérateur pendant une heure au moins. Attention de ne pas trop travailler la pâte pour ne pas la rendre cassante.

Couper le melon en deux, ôter les graines puis l'écorce. Découper une partie de la chair en dés (les trois quarts) puis le reste en tranches fines. Faire revenir dans une poêle avec le miel les dés de melon pendant 15 minutes, laisser entièrement refroidir.

Préchauffer le four à 180°C sur thermostat 6. Étaler la pâte sur un plan de travail fariné. En foncer un moule à tarte recouvert de papier sulfurisé. Piquer le fond à la fourchette. Dans un saladier, fouetter les œufs entiers avec le sucre vanillé, ajouter la crème et fouetter encore.

Saupoudrer le fond de tarte avec les noisettes en poudre puis répartir le melon au miel. Verser l'appareil. Disposer les tranches de melon, parsemer dessus les éclats de noisettes.

Cuire la tarte à four moyen pendant 35 minutes environ. Savourer la tarte froide.

TEMPS DE PRÉPARATION : 20MN
TEMPS DE CUISSON : 50MN
TEMPS TOTAL : 1H10MN

Parole de jardiniers

Un petit coucou à nos collègues ouvriers de l'atelier Multi-Services, ici Romuald et Mickaël s'affairent à construire des casiers ! Face à la prolifération du poulpe sur les côtes de Bretagne Nord, les marins-pêcheurs peuvent compter sur le savoir-faire des professionnels de l'ESAT de Plourivo.

Pour répondre à cette menace qui fragilise les ressources marines locales, la Coopérative maritime de Paimpol a investi dans des casiers spécialement conçus pour capturer le prédateur.

Après la réalisation des prototypes, les équipes du site Esatco du pays de Paimpol assurent désormais leur fabrication avec précision et minutie.

Une belle illustration de coopération entre les professionnels de la mer et les établissements de la marque Esatco au service du territoire.



Composition de votre panier semaine 28

Prix 2,50 €

Panier à 8€

Produits

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,4 ×	COURGETTE LONGUE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	1,20 €
0,4 ×	HARICOT VERT Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	7,00 €	2,80 €
0,4 ×	AUBERGINE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,50 €	1,80 €
0,5 ×	POMME DE TERRE Nouvelles Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,50 €	2,25 €
				8,05 €

Prix 10,00 €

Panier à 10 €

Produits

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,4 ×	COURGETTE LONGUE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	1,20 €
0,4 ×	HARICOT VERT Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	7,00 €	2,80 €
0,4 ×	AUBERGINE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,50 €	1,80 €
0,5 ×	POMME DE TERRE Nouvelles Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,50 €	2,25 €
1 ×	OIGNON BOTTE ROUGE	FRANCE-Plourivo	2,50 €	2,50 €
				10,55 €

Prix 15,00 €

Panier à 15 €

Produits

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,7 ×	COURGETTE LONGUE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	2,10 €
0,5 ×	HARICOT VERT Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	7,00 €	3,50 €
0,4 ×	AUBERGINE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,50 €	1,80 €
0,5 ×	POMME DE TERRE Nouvelles Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	4,50 €	2,25 €
1 ×	OIGNON BOTTE ROUGE	FRANCE-Plourivo	2,50 €	2,50 €
1 ×	TOMATE RONDE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,50 €	3,50 €
				15,65 €



SPAGHETTIS CARBONARA AUX HARICOTS VERTS

INGRÉDIENTS

- 200g de spaghettis
- 1 barquette de lardons
- 20cl de crème entière
- 150g de haricots verts

TEMPS DE PRÉPARATION : 30MN
TEMPS DE CUISSON : 20MN
TEMPS TOTAL : 50MN

PRÉPARATION

Faire bouillir de l'eau. Laver les haricots verts, les équeuter puis les couper en biseaux.

Dans une casserole d'eau bouillante salée blanchir les haricots verts.

Les retirer à l'aide d'une écumoire puis les plonger dans un bol d'eau froide pour garder leur belle couleur verte.

Dans la même eau bouillante, mettre les spaghettis à cuire entre 8 et 10 mn.

Cuire les lardons dans une poêle (sans matière grasse) puis y ajouter les haricots verts à mi cuisson.

Dès que les lardons sont cuits, ajouter de la crème entière, porter à ébullition pour épaissir la sauce, poivrer puis couper le feu.

Égoutter les pâtes.

Les disposer dans des assiettes puis mettre la sauce carbonara aux haricots verts par-dessus

Besoin d'une idée de recette ?

