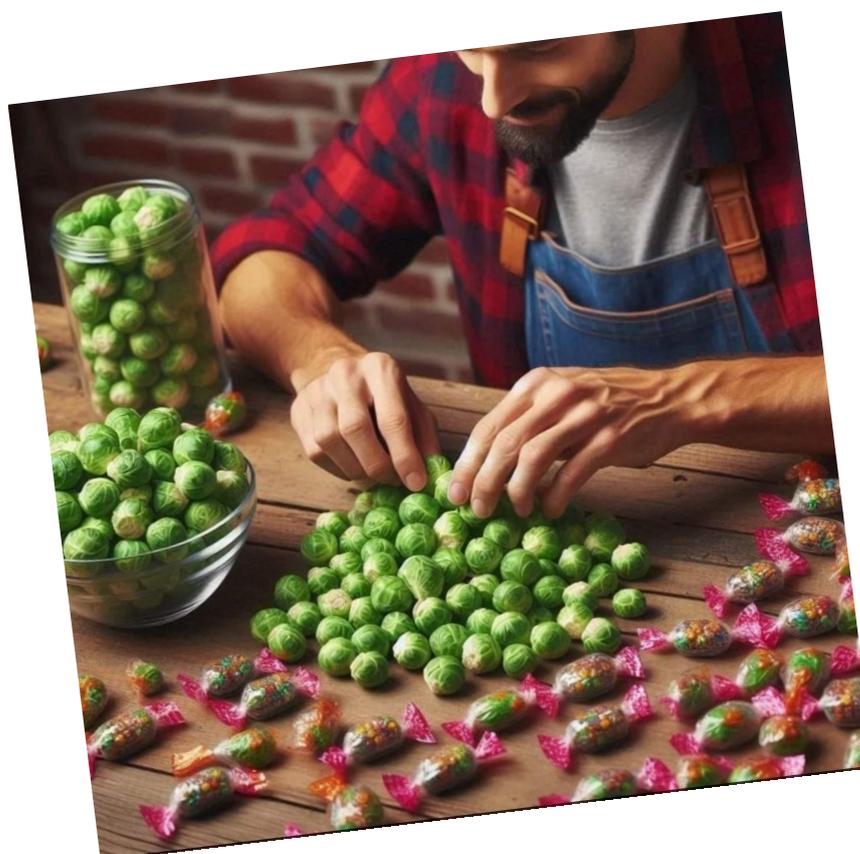


Préparatifs avant la distribution de bonbons pour Halloween...



Parole de jardinier

Des choux sur toutes les formes sont récoltés cette semaine les températures combinées à la pluie sont propices à leur poussée.



Composition de votre panier semaine «45» :

Panier à 8€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,4 ×	EPINARD ET TETRAGONE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,30 €	2,12 €
0,4 ×	POIREAU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	1,20 €
0,1 ×	MACHE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	12,00 €	1,20 €
0,4 ×	POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,20 €	0,88 €
1 ×	CHOU ROMANESCO	FRANCE-Plourivo	3,30 €	3,30 €
				8,70 €

Panier à 15€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,7 ×	EPINARD ET TETRAGONE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,30 €	3,71 €
0,8 ×	POIREAU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	2,40 €
0,1 ×	MACHE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	12,00 €	1,20 €
1 ×	POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,20 €	2,20 €
1 ×	CHOU ROMANESCO	FRANCE-Plourivo	3,30 €	3,30 €
1 ×	COTES DE BLETTES BOTTE 500gr	FRANCE-Plourivo	2,50 €	2,50 €
				15,31 €

Panier à 10€

Qté	Désignation	Origine	PU	Total
0,6 ×	EPINARD ET TETRAGONE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	5,30 €	3,18 €
0,5 ×	POIREAU Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	3,00 €	1,50 €
0,1 ×	MACHE Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	12,00 €	1,20 €
0,5 ×	POMME DE TERRE MAIWEN DE CONSERVATION Vrac 1 kg	FRANCE-Plourivo	2,20 €	1,10 €
1 ×	CHOU ROMANESCO	FRANCE-Plourivo	3,30 €	3,30 €
				10,28 €



Orecchiette au chou romanesco à la crème d'ail et de citron

INGRÉDIENTS

- 500g Orecchiette
- 2 Choux romanesco
- 25cl Crème liquide
- 2 gousses Ail
- 1 Citron jaune bio de préférence pour le zeste
- parmesan râpé pour le service
- 1 Filet d'huile d'olive
- Sel marin
- Poivre du moulin

Les orecchiette sont des pâtes alimentaires en forme de petites oreilles — oreille se dit orecchio en italien — originaires de la région des Pouilles et du Basilicate.

Temps de préparation : 20mn
Temps de cuisson : 20mn
Temps total : 40mn

PRÉPARATION

Séparez les fleurettes des choux romanesco à l'aide d'un petit couteau et lavez-les.

Faites-les cuire à la vapeur douce pendant 8 minutes. Réservez.

Lavez le citron et, à l'aide d'une râpe à microlames, prélevez le zeste.

Pelez et écrasez du plat du couteau les gousses d'ail.

Dans une casserole, faites chauffer doucement la crème avec le zeste de citron et les gousses d'ail écrasées. Salez et poivrez. Couvrez et laissez infuser 10 minutes hors du feu. Filtrez.

Pendant ce temps, faites cuire les pâtes dans un grand volume d'eau bouillante, le temps indiqué sur l'emballage.

Égouttez-les et arrosez-les d'huile d'olive. Remettez les pâtes dans la casserole, ajoutez les fleurettes de chou romanesco et la crème filtrée.

Mélangez délicatement et servez aussitôt avec le parmesan râpé.