



Votre panier de la semaine du 26 septembre au 2 octobre :
Pommes de terre, salade, aubergines, thym, blettes, tomates et courgettes



Nos suggestions de recettes

Blette à la Provençale

Ingrédients : *1 bouquet de blettes, 15 olives noires, 1 échalote, 2 gousses d'ail, 210 g de coulis de tomates, 1 cuillère à soupe d'huile d'olive, sel, poivre, herbe de Provence.*

1. Lavez et séchez les blettes, les découpez finement.
2. Epluchez l'ail et l'échalote, puis les émincer.
3. Chauffez l'huile d'olive dans une poêle ou un wok. Mettez les blettes finement découpée (feuilles et tronc) avec l'ail et l'échalote émincés. Remuez à l'aide d'une spatule, une fois cuites, baissez la température.
4. Ajoutez le coulis de tomates, les herbe de Provence et les olives, salez et poivrez, mélangez, laissez mijoter 15 minutes à couvert.

Gâteau chocolat aubergine

Ingrédients : *Pain : 1 aubergine, 50 g de sucre, 200 g de chocolat, 4 œufs, 60 g de farine, 120 g beurre, 50 g de miel.*

1. Coupez les aubergines en deux, incisez la chair pour accélérer la cuisson, saupoudrez-les de sucre, recouvrez de papier alu et placez au four 30 minutes, grattez avec une cuillère. Réservez la chair.
2. Faites fondre des carrés de chocolat au bain marie.
3. Mélangez le chocolat fondu et la chair d'aubergine. Ajoutez les œufs un à un, la farine, le beurre et le miel, mélangez bien.
4. Badigeonnez des petits moules de matière grasse, saupoudrez d'un peu de farine, versez la pâte à gâteau.
5. Enfournez à 180°C pour 7 minutes.

Infusion au thym

Ingrédients : *1 bouquet de thym, 1 L d'eau, 1 citron, 2 cuillères à soupe de miel.*

1. Portez l'eau à ébullition et la retirer du feu.
2. Ajoutez le thym, le miel et le jus du citron.
3. Laissez infuser 3 à 5 minutes.
4. Filtrez et boire aussitôt.

Réputée pour soulager les maux liés au froid, comme le rhume, les gripes ou angines.