

## Qu'y a-t-il dans mon Panier ? Quel producteur l'a cultivé ?

- **2 Aubergines** de Jim et Pierrick GRASSET (La Chevrolière, 44)
- **1 Melon** de Dominique SAUVETRE (Les Lucs sur Boulogne, 85)
- **800g de Pommes de terre à chair ferme** du Manoir de la Brosse (Fresnay en Retz, 44)
- **1 Botte de radis** de Jim et Pierrick GRASSET (La Chevrolière, 44)
- **1 Salade Batavia blonde** de Jim et Pierrick GRASSET (La Chevrolière, 44)
- **950g de Tomates gustatives** de Nicolas ORAN (Corné, 49)



(Note : les grammages indiqués sont approximatifs); Produits biologiques (ou en conversion si mentionné), certifié par Certipaq FR-Bio-09.

## Aubergine farcie au thon

**Pour 2 personnes - Préparation : 15 min - Cuisson : 45 min**

**Ingrédients :** 1 aubergine, 1 boîte de 100g de thon, 1 échalote, 1 bouquet de ciboulette fraîche, 1 brique de crème soja cuisine ou de crème liquide, 1 càs d'emmental râpé, sel, poivre

### **Préparation :**

1. Coupez l'aubergine dans le sens de la longueur. Quadrillez la chair de chaque moitié avec la pointe d'un couteau. Salez et poivrez légèrement. Formez 2 papillotes avec de l'aluminium ou papier cuisson. Mettez-les au four pendant 30min à 180°C.

2. Pendant ce temps, mélangez dans un saladier l'échalote et le thon émincés, 3 càs de crème, la ciboulette finement ciselée et l'emmental râpé pour apporter un côté plus gourmand à la farce. Enfin, assaisonnez selon votre goût.

2. Sortez les 2 moitiés d'aubergine du four. Evidez-les à la petite cuillère et incorporez la chair à la préparation de thon. Mélangez bien. Mettez les coques dans un plat allant au four. Farcissez de la préparation et enfournez à nouveau à 180°C pendant 15 min.

**Source :** [www.vivrehealthy.com](http://www.vivrehealthy.com)



Radis au fromage frais et sésame - *Idéal pour l'apéritif*

**Préparation : 20 min - Cuisson : 7 min**

**Ingrédients :** 1 botte de radis, 50g de graines de sésame, 100g de fromage frais

**Préparation :**

Lavez soigneusement les radis, essuyez-les et retirez les radicelles. Mettez les graines de sésame dans une poêle.

Toastez-les à feu moyen en les retournant très régulièrement pour ne pas qu'elles brûlent. Dès qu'elles commencent à sentir bon (5 à 7 minutes), retirez-les du feu et laissez-les refroidir. Enrobez chaque radis de fromage frais sur la moitié de sa hauteur. Saupoudrez-les ensuite de sésame. Rangez les radis dans un plat au fur et à mesure.

**Source :** [www.marciatak.fr](http://www.marciatak.fr)



Cake de pommes de terre aux fines herbes

**Pour 5 personnes - Préparation : 20 min - Cuisson : 70 min**

Préchauffez le four à 180 °C. Beurrez un moule à cake. Coupez **800g de pommes de terre** en tranches fines et essuyez-les. Disposez-les en plusieurs couches dans le plat. Faites chauffer **260ml de crème fraîche** et **140ml de lait** dans une casserole jusqu'à ébullition. Hors du feu jetez **1 bol de fines herbes hachées (persil, ciboulette, cerfeuil, thym)**, mélangez. Versez cette préparation sur les pommes de terre. Couvrez avec une feuille d'aluminium et cuire au four 30 min. Retirez la feuille d'aluminium et poursuivez la cuisson 20 min. Parsemez de **70g de gruyère râpé** et laissez cuire encore 20 min jusqu'à ce que les pommes de terre soient tendres. Laissez reposer 10 min. Servez.

**Source :** [www.cuisine.notrefamille.com](http://www.cuisine.notrefamille.com)

Salade de tomates

**Pour 4 personnes - Préparation : 10 min**

Lavez **800g de tomates** et essuyez-les. Découpez-les en rondelles ou quartiers et déposez-les dans un plat. Emincez **2 oignons rouges** très finement. Ajoutez-les aux tomates. **Salez avec de la fleur de sel, poivrez** et ajoutez une pincée de **piment d'Espelette**. Arrosez de **5cl d'huile d'olive** et de **2cl de vinaigre de vin rouge**. Mélangez. Décorez avec les **feuilles de basilic**. Gardez au frais 30 min.

**Source :** [www.750g.com](http://www.750g.com)

Verrines melon, jambon cru et feta

**Pour 4 personnes - Préparation : 20 min**

Coupez **1 melon** en deux, ôtez les graines et coupez la chair en petits dés. Dans un saladier, mélangez les dés de melon, **50g de feta** coupée en dés et **4 tranches de jambon cru** coupé en lanières. **Poivrez**, parsemez d'un filet d'**huile d'olive** et versez dans des verrines. Parsemez de **basilic** et gardez au frais le temps de servir.

**Source :** [www.marciatak.fr](http://www.marciatak.fr)