



La feuille de chou



25-05-2016

Italie : la ville de Florence impose 70% de produits locaux dans ses restaurants

Berceau de la Renaissance, pionnière dans la redécouverte de la littérature, de la philosophie et des sciences de l'Antiquité, Florence devient aussi l'une des premières villes à imposer des produits locaux dans ses restaurants et commerces.

Capitale de la région de Toscane, inscrite sur la liste du patrimoine mondial de l'Unesco, Florence présente une richesse artistique exceptionnelle: églises, musées, palais, ponts, places ou jardins font de cette ville un concentré de beauté architecturale. À ce titre, elle est devenue un des plus grand centre touristique italien et accueillent des touristes du monde entier.

70% de produits locaux

Mais, ce tourisme et la mondialisation qui l'accompagne effraient les toscans qui voient en cette mondialisation une possible altération de leur patrimoine."Voici Rivoire, un café historique, qu'avez-vous envie de trouver ici ? Ce café qui fait partie de l'âme de Florence ou alors un restaurant chinois ou un Kebab ?", demande Dario Nardella, maire de Florence. Ce dernier craint que tous ses petits artisans soient chassés par une armée de magasins alimentaires, de fast-food et autres restaurants venus d'ailleurs. Alors pour éviter ça, il impose au moins 70% de produits toscans dans les nouveaux restaurants ou commerces de la ville de Florence. D'autres villes italiennes souhaitent s'en inspirer.

A quand la même initiative dans certaines villes de France ?



Source : www.bioalaune.com

Les Potagers du Télégraphe 10, Chemin du Larris - av. du 8 Mai 1945 - 91150 Etampes - Tél : 01 69 16 11 11
contact@lpdt91.fr - www.pole91.fr - www.lpdt91.fr



Vos recettes de la semaine

Temps de préparation : 35 minutes

Ingrédients (pour 2 personnes) :

1 chou pointu
2 verres de riz
3 oignons
Bouquet de ciboulette
Persil
2 cuillères à soupe d'huile de tournesol
Sel, poivre



Paupiettes de chou farci au riz

Préparation de la recette :

Faire blanchir le chou 10 minutes à l'eau bouillante sans détailler les feuilles. Égoutter le chou et détacher les feuilles.

Faire revenir les oignons dans l'huile de tournesol. Ajouter les 2 verres de riz et bien remuer durant 5 minutes. Ajouter 5 verres d'eau et poursuivre la cuisson jusqu'à l'évaporation de l'eau. Ajouter la ciboulette et le persil hachés, saler et poivrer.

Garnir les feuilles de chou de cette préparation, les replier pour former des paupiettes et les ficeler (utiliser 2 feuilles par paupiettes).

Vaporiser un peu d'huile de tournesol sur les paupiettes et les disposer dans un plat huilé. Les faire griller 15 minutes au four en les retournant régulièrement.

Source: www.ptitchef.com

Crumble pommes, fraises, rhubarbe aux spéculoos

Préparation de la recette :

Effiler la rhubarbe, la couper en tronçons, et la faire cuire 5 min dans une casserole, avec le sucre et peu d'eau.

Laver et essuyer les pommes, leur couper un chapeau, et les évider délicatement (Elles vont servir de ramequin comestible pour présenter le crumble).

Détailler la chair en dés, puis les ajouter à la rhubarbe et poursuivre la cuisson 5 min.

Laver et équeuter les fraises, les couper en quatre, et mélanger aux fruits cuits hors du feu.

Préchauffer le four à Th 8 (240°C).

Mettre la farine, le beurre, le sucre et les spéculoos dans le bol du robot et mixer par à-coups pour obtenir un mélange sableux.

Garnir les pommes évidées avec les fruits, parsemer le dessus de pâte.

Baisser le four à 6 (180°C) et enfourner 25 à 30 min.

Servir aussitôt, avec de la crème ou une boule de glace vanille.

Source : www.marmiton.org

Temps de préparation : 20 mn

Ingrédients (pour 6 personnes) :

6 pommes
250 g de fraises
400 g de rhubarbe
60 g de sucre

Pour la pâte :

100 g de spéculoos
50 g de farine
50 g de sucre roux
100 g de beurre



Vous souhaitez partager vos recettes ?

N'hésitez pas à nous les déposer à l'accueil panier ou par mail : contact@lpdt91.fr

Vos légumes de la semaine

(sous réserve de récolte)



Paniers simples : 1 salade, 1 chou chinois OU 500 g de chou rave, 1 chou pointu, 1 barquette de fraises et 500 g de rhubarbe.

Paniers doubles : 2 salades, 1 chou chinois OU 500 g de chou rave, 1 chou pointu, 2 barquettes de fraises, 1 botte de radis roses et 1 kg de rhubarbe.

Les potins du Télégraphe

Météo de la semaine

via www.tameteo.com

MERCREDI 25 mai	JEUDI 26 mai	VENDREDI 27 mai	SAMEDI 28 mai	DIMANCHE 29 mai	LUNDI 30 mai	MARDI 31 mai
21° 6° 0.9 mm	22° 10° 0.2 mm	21° 13° 5.8 mm	22° 11° 0.3 mm	23° 13° 10.6 mm	15° 13° 8.5 mm	18° 12° 0.6 mm

Nous recherchons de nouveaux adhérents, alors n'hésitez pas à en parler à votre entourage.

Nom et prénom du parrain :



**Chantiers
d'insertion**

Bulletin d'Adhésion



Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Tél. fixe : _____

Portable : _____ E-mail : _____

Adhésion à l'association : 15 euros par an.

Formule choisie : 46 paniers doubles : 598€ / an

46 paniers simples : 299€ / an

Offre découverte : 23 paniers doubles : 299€ / 6 mois

23 paniers simples : 149,50€ / 6 mois

Distribution : Étampes Itteville Autre, à préciser _____

Règlement : par chèque

Fait à _____ le _____ Signature : _____

Chemin du Loris
91150 ÉTAMPES
Tél 01 69 16 11 11
Fax 01 69 16 11 10
www.jpdt91.fr

LES POTAGERS
du télégraphe

Association loi 1901
SIRET 498 644 368 000 17
Code APE 0113Z

Pour chaque parrainage 1 panier offert.