



JUILLET 2012 semaine 27

Le contenu du panier de cette semaine

Panier (valeur 18 euros) (Valeur réelle 22.65 euros)	½ panier (valeur 10 euros) (Valeur réelle 12.69 euros)
<i>Pommes de terre *</i> <i>Tomates *</i> <i>Betteraves *</i> <i>Oignons frais*</i> <i>Poireaux *</i> <i>Concombre*</i> <i>Fenouil *</i>	<i>Pommes de terre *</i> <i>Oignons frais*</i> <i>Betteraves *</i> <i>Poireaux *</i> <i>Concombre *</i> <i>Fenouil *</i>

Le coin des recettes

Tourte aux pommes de terre, fenouil, oignon et thon à la crème

Ingrédients : (4 personnes) :

2 pâtes feuilletées – 4 à 6 pommes de terre (500g) – 1 bulbe de fenouil – 1 boîte de thon au naturel (150g – 200g) – 1 botte de persil - 1 gros oignon – 2 gousses d’ail - 200ml de crème liquide – sel, poivre.

Préparation :

Epluchez les pommes de terre, l’ail et l’oignon. Coupez l’oignon et les pommes de terre en fines tranches, émincez l’ail et effeuillez le persil.

Rincez le fenouil et hachez- le finement. Egouttez le thon.

Étalez une pâte feuilletée dans un moule à tarte et déposez en alternance la moitié des pommes de terre, de l’oignon, du persil, de l’ail et du fenouil.

Étalez le thon émietté. Déposez en alternance le reste du fenouil, l’ail, l’oignon et les pommes de terre. Salez, poivrez.

Versez la crème liquide. Recouvrez de la seconde pâte. Faites un trou d’environ 5 à 7 cm au centre. Retirez la pièce et utilisez la pour décorer la tarte.

Enfournez dans le four préchauffé à 220°C et ce pendant 10 mn.

Réduisez à 170°C et cuire pendant environ 1 heure. La cuisson est prête lorsque la pâte est bien dorée et que la pointe du couteau pénètre facilement les pommes de terre.

Bon appétit

** Produit issu de l’agriculture biologique*

S. V. P. N'oubliez pas de ramener vos sacs sur les points de dépôts