



Cake aux blettes, oignon nouveau et gorgonzola

Ingrédients

- 1 petite botte de blette
- 1 oignon nouveau
- 1 toute petite botte de persil
- 200 g de farine
- 1 sachet de levure chimique
- ¼ c. à soupe de bicarbonate de soude (facultatif)
- 3 œufs
- 100 g de gorgonzola
- 4 c. à soupe de fromage de blanc
- 50 ml d'huile d'olive
- 50 ml de lait
- ¼ c. à soupe de paprika doux
- Sel et poivre

Rincez les blettes et faites-les cuire à la vapeur pendant une dizaine de minutes. Égouttez-les et réservez.

Dans une petite poêle faite revenir l'oignon tranché finement (vert et blanc) dans un filet d'huile d'olive. Ajoutez les blettes hachées. Faites cuire à feu doux jusqu'à évaporation de l'eau rendue par les blettes. Assaisonnez, attention tenez compte du fait que le gorgonzola est assez salé, mélangez puis réservez.

Battez les oeufs en omelette avec le fromage blanc, le lait, l'huile d'olive et le paprika. Ajoutez le gorgonzola émietté. Assaisonnez.

Dans un saladier, mélangez la farine et la levure. Y incorporez le mélange d'oeufs puis celui des blettes et finalement le persil haché finement. Mélangez.

Versez la pâte dans un moule à cake graissé et enfariné ou recouvert de papier cuisson. Enfourez 60 minutes à 185°C ou jusqu'à ce que l'intérieur du cake soit sec. Plantez un couteau propre et retirez-le s'il est humide et collant quand vous le ressortez ré-enfourez 5 à 10 minutes.

Laissez refroidir avant de démouler. Déguster tiède ou froid !

<http://www.de-la-fourchette-aux-papilles-estomaquees.fr/article-32718402.html>

Ce numéro a été conçu par l'ensemble de l'équipe
du **Jardin de Cocagne Nantais**
<http://jardincocagnenantais.eklablog.com/>
Vieille Ville - 44 483 Carquefou cedex
tél : 02 40 68 91 67 - e-mail : jdcnantais@orange.fr



Pomme de terre
Eden
purée ou en
soupe, sautées
ou en frites

Pas de panier semaine 19

Nous avons enfin positionné la semaine sans panier : semaine 19, donc **pas de panier le mardi 6 et le vendredi 9 mai**. Cette semaine sans panier est prévue dans votre abonnement et dans votre facture mensuelle ou trimestrielle. **Donnez-nous aussi vos absences aux paniers pour cette période de Pâques et n'oubliez pas les paniers du 29 avril et 2 mai !**

Nous vous raconterons les rencontres de vendredi 11 avril la semaine prochaine. Ce que nous pouvons déjà vous en dire c'est que c'était **une belle réussite** et que la soirée a été appréciée !

Une Brève un peu écourtée cette semaine car Muriel est à la Pilotière sur un Atelier cuisine participatif avec les conseillères ESF de la CAF pour un groupe de femmes. Encore une aventure à vous conter...

Des petits pois dans votre panier, goûtez-les crus, normalement les petites gousses sont tendres et sucrés. Choisissez leur une cuisson très douce et très rapide. **Les cosses cuites avec des pommes de terre** et passées au chinois font une soupe délicieuse, mais il faut bien les passer au chinois pour enlever les fibres !

Cette semaine dans votre panier



	Unité	1/2 panier (qt en unité)	Panier (qt en unité)
Blette	botte	1	1
Carotte	kg	0.5	1
Oignon blanc	botte	1	1
Petit pois	kg		0.5
Poireau	kg	0.5	0.5
Pomme de terre	kg	0.5	1.5
Prix panier		7 euros	12.5 euros

Les légumes sont produits selon le respect du mode d'agriculture biologique (certifié par ecocert189302P) sur le Jardin de Cocagne Nantais.