

La Gazette du Potager

Semaine 15

Livraison de la semaine

- Mesclun orientale (Mizuna et Mibuna)
- Persil plat, Persil frisé, Menthe et Céleri thaï (Kun Chai Djin)
- Courge
- Côtes de bette
- Fenouil
- Betteraves, Navets, carottes
- Poivrons orange et jaune
- Salades originales d'hiver
- Ciboule de Chine
- Poireau

Découverte de la semaine

Le céleri thaï (คื่นฉ่าย จีน)

Une variété asiatique de céleri, cousin du céleri chinois, provenant de Thaïlande. C'est l'ingrédient type pour la fameuse salade Yum Woon Sen. Ses feuilles sont très ciselées et possède une couleur verte et or. C'est un ingrédient indispensable dans un très grand nombre de plats tels que ragoûts, soupes et pour les plats frits. Contrairement au céleri-branche, il est très fin mais possède une odeur relevée. De culture relativement longue, son goût se renforce vers l'automne. Une merveilleuse découverte comme nouvelle herbe aromatique à consommer avec ou sans modération.

Citation de la semaine

"L'automne raconte à la terre les feuilles qu'elle a prêtées à l'été.

Georg Christoph Lichtenberg



Saison 2017-2018

Recettes de la semaine

Potage de céleri au porc

Ingrédients (3-4 personnes)

- 4 tasses ou bols de bouillon de légumes (préparé)
- 50 g de céleri asiatique, tranchée en biais
- Un mélange de champignons (pleurote et de Paris p.ex.) déchirés
- 100 g de filet de porc, découpé finement en hachis au moment de la préparation
- 1 cuillère à soupe de feuilles de coriandre fraîche, hachées
- 1 à 2 cuillères à soupe de sauce au soja (légère)
- Une pincée de sel
- Une pincée de sucre semoule
- Une pincée de poivre blanc moulu

Préparation

1. Préparer le hachis de porc en découpant finement le filet de porc d'abord en tranches fines, puis chaque tranche en hachis. Réserver.
2. Porter ensuite le bouillon de légumes à ébullition en y ajoutant le sel, la sauce au soja, le sucre, le céleri et les champignons. Laisser mijoter pendant environ 10 mn.
3. Ajouter ensuite le hachis de porc par petites doses, en remuant bien afin d'éviter que la viande ne s'agglutine.
4. Remuer encore occasionnellement.
5. Eviter de trop prolonger la cuisson (maximum 5 mn) afin de ne pas trop dessécher la viande

A venir: Kales, Nouvelles variétés de betterave

Le Potager du Grainier

Route des Mines de Sel 13

1880 Bex (VD)

076 563 96 03

potager@legrainier.com

www.legrainier.com