

# La Gazette du Potager

## Semaine 5



Saison 2017-  
2018

### Recette de la semaine

**Tarte rutabaga, chèvre  
et miel**

### Livraison de la semaine

- Tomates Orange  
Bougouin, Cerise  
noire et San Marzano
- Bouquets de Basilic Cannelle, Thé  
moldave, Menthe
- Mesclun y.c. Moutarde d'Abyssinie
- Salades et laitues (selon panier)
- Pé Tsai (chou chinois)
- Haricots en mélange
- Pois croquants
- Courgette
- Chou-fleur

### Découverte de la semaine

#### **Le rutabaga**

Le **rutabaga**, encore appelé **navet fourrager**, **navet** ou **navet jaune** au Québec, **chou-navet**, **chou de Siam**, **chou suédois**, est un légume-racine appartenant à la famille des Brassicacées, comme le colza (*Brassica napus* subsp. *napus*), le navet, le radis, etc.. Les chou-navets sont cultivés pour leur racine blanche ou jaune destinée à l'alimentation animale et humaine. Par rutabaga, on désigne le chou-navet à chair jaune qui est généralement considéré comme le meilleur pour l'alimentation humaine. Les autres variétés sont à chair blanche. Étant originaire de l'Europe du Nord, son nom vient du suédois *rotabaggar*. De nos jours, en Europe, il est essentiellement cultivé en agriculture biologique et biodynamique pour ses vertus alimentaires et gastronomiques (parfum atypique), mais également pour l'alimentation des animaux domestiques.

### Adage de la semaine

“Le plaisir de manger est le seul qui, pris avec modération, ne soit pas suivi de fatigue.”

De Anthelme Brillat-Savarin / Physiologie du goût

### **Ingrédients (4 personnes)**

- 1 pâte feuilletée ou brisée
- 3 rutabagas (selon la grosseur)
- 120 g de bûche de chèvre
- 10 g de beurre
- 1 cuillère à café de miel
- 2 cuillères à café de cumin en grains

### **Préparation**

1. Préchauffer le four à 200°C (thermostat 6-7).
2. Éplucher et couper en tranches les rutabagas, les faire précuire 10 min dans de l'eau, les égoutter.
3. Pendant ce temps, étaler la pâte dans un moule, la piquer puis la recouvrir de tranches de chèvre.
4. Disposer dessus les rondelles de rutabaga cuites en rosace.
5. Faire fondre le miel et le beurre, badigeonner le mélange sur les rutabagas et parsemer de quelques graines de cumin.
6. Mettre au four 20 à 30 min.

**A venir:** Côtes de bette, Navet, Basilic Thaï, Kale, Haricots kilomètre

### **Le Potager du Grainier**

Route des Mines de Sel 13

1880 Bex (VD)

076 563 96 03

[potager@legrainier.com](mailto:potager@legrainier.com)

[www.legrainier.com](http://www.legrainier.com)