

Feuille de chou, 6^{ème} livraison, du 31juilt. au 3 août 2007

Mesdames, messieurs,

Permettez-moi de me présenter. Je me nomme Louis-Philippe et je suis étudiant en agronomie à Québec. J'ai la fâcheuse habitude de mettre des bas blancs; de plus, je suis esclave d'une casquette sur laquelle on peut lire « starter 71 », depuis que mes cheveux ont pris l'initiative de pousser en plein devant mes yeux, mon bronzage est celui d'un habitant.

J'ai aussi entrepris d'attribuer des surnoms à chacun de mes collègues. Par exemple, Gaël est devenu « le Gaëllien » Hervé « Hervey style », Jean « Johny knox » et ainsi de suite.

Un champ de légumes c'est comme un gros rave. Le « party » est pogné dans le champ, comme qui dirait, carottes et mauvaises herbes dansent au rythme du vent, jusqu'à ce que les « 'doormen » (les désherbeurs) foutent tous les mecs dehors (les mauvaises herbes) afin de garder pour eux seuls les jolies demoiselles (betteraves et carottes).

Nous avons commencé la semaine dernière à récolter les pommes de terre. Par chance, elles n'ont pas trop été affectées par les doryphores. Selon mes estimations très sommaires, la saison risque d'être profitable pour vous chers partenaires. Les légumes semblent être au rendez-vous. Piments, tomates, patates, céleris, poireaux, carottes et betteraves se la coulent douce dans les champs, attendant avec impatience d'être mangés. Et vous devriez voir, la serre double de concombres et haricots! C'est incroyable, une vraie jungle, sans blague. Les plants de haricots grimpent jusqu'au plafond de la serre et les concombres forment un tapis de feuillage aérien.

Bref, bonne dégustation, bonne vie et à la prochaine!

LP

COMMANDITÉ PAR : **FRITES ALORS**

Gratin de concombre

4 portions

Ingrédients :

- 2 gros concombres pelés
- Beurre en quantité suffisante
- 12cl (4 oz) de crème sure (crème aigre) hypocalorique
- 60 g (tasse) de gouda ou gruyère râpé
- Pincée de gingembre moulu
- Pincée de noix de muscade moulue
- Sel et poivre au goût

Préparation :

1. Fendre les concombres en deux dans le sens de la longueur et, avec un petit couteau, en ôter délicatement les graines. Beurrer un plat à gratin et y ranger les demi-concombres.
2. Dans un saladier, bien mélanger la crème sure (crème aigre), le fromage, le gingembre, la noix de muscade, le sel et le poivre jusqu'à consistance lisse et crémeuse (en rajoutant, si nécessaire, de la crème et du fromage). Étaler uniformément ce mélange sur le dessus des demi-concombres et y déposer de petites noix de beurre par-dessus.
3. Mettre le plat au four préchauffé à 150 °C (300 °F) et laisser cuire pendant 15 à 20 minutes. Le gratin de concombres est prêt lorsque le fromage commence à dorer. Servir chaud.

Note : Cette recette peut être servie comme entrée ou pour accompagner un plat principal (un demi-concombre par personne).

Source : *Les bons légumes du monastère*,
Frère Victor-Antoine D'Avila-Latourette

Si vous connaissez de bonnes recettes avec nos légumes, faites-nous les parvenir, nous les ajouterons sur notre site, faites parvenir à :

info@fermecadetrousseau.org

**LES FEUILLES DE CHOU SONT ARCHIVÉS SUR LE SITE DANS
LA SECTION : JOURNAL**

IMPRIMÉ PAR : **DUPLICA**