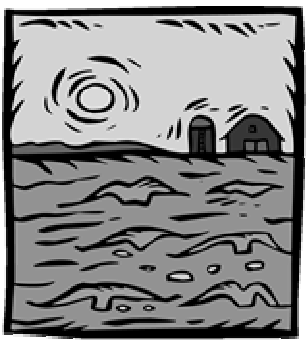
Feuille de chou, 13e livraison Du 14 au 18 septembre 2009

Bonjour chers partenaires!

C'est Sandra qui vous écrit cette semaine! Après divers périples, au court des deux dernières années, me revoici de retour à la ferme avec mon fils Manu. J'espère que vous appréciez vos paniers! Pour notre part nous sommes bien satisfaits de plusieurs de nos légumes! En particulier des brocolis, choux-fleurs, poivrons, tomates et salades!

Cependant, tous les légumes racines (c'est-à-dire les pommes de terre, les carottes, les betteraves, les céleri-raves, les panais…) ont beaucoup souffert de la pluie. Et actuellement, dû à la sécheresse qui sévit, ils souffrent encore plus car le sol est devenu comme du béton! Partout en Montérégie, il y a pénurie de pommes de terre! Nous espérons la pluie pour venir ameublir un peu le sol! Car malgré les bons soins qu'on lui apporte, la pluie du début de saison l'a trop gorgé d'eau et maintenant le soleil le durcit!



De plus, comme plusieurs producteurs, les poireaux et oignons ont été attaqués par la teigne (petite larve qui fait pourrir le plant). Nous avons dû récolter les oignons plus tôt que prévu et nous avons couvert les poireaux pour les protéger. La semaine dernière nous avons effectué les derniers semis au champ et si Mère Nature est avec nous, nous aurons de nouveaux légumes à vous offrir d'ici un mois!

Comme vous avez pu le constater, nous sommes moins présents aux points chute, car nous fonctionnons en équipe réduite! Pour ce qui est des travaux maraîchers, nous ne sommes plus que 5! Alors nous avons besoin de tous les bras disponibles pour continuer la saison!! D'ailleurs, j'aimerais en profiter pour saluer tous les partenaires du Café Rico! Mes soirées avec vous me manquent, mais travail oblige, je dois rester à la ferme!!

En espérant que la fin de saison soit remplie de bons légumes!!

À une prochaine et merci à tous ceux qui viennent nous rendre visite! Ça nous fait tellement plaisir!!! Ciao, Sandra

Commandité par : FRITE ALORS!

La recette de la semaine

Salade rapide aux crevettes et endives

- Mayonnaise
- Pastis
- Oignon
- Endive
- Fenouil
- Crevettes
- Sel et sucre

À votre mayonnaise, ajouter environ une cuillerée à thé de pastis et mélanger. Réserver.

Faire tremper dans l'eau un oignon rouge râpé (à la mandoline) quelques minutes pour enlever le souffre ce qui le rend plus digeste du même coup. Réserver.
Trancher une endive sur la longueur.
Dans un bol, mettre un peu de l'oignon égoutté avec l'endive. Y ajouter du fenouil haché (au goût) ainsi qu'un peu de mayonnaise et touiller.

Dans un chaudron, recouvrir d'eau les crevettes congelées, y mettre un peu de sel et de sucre. Lorsque l'eau bout, laisser reposer hors flamme pendant 5 minutes.
Placer les crevettes dans une assiette et y déposer le mélange d'oignon, endive, fenouil et mayo.

http://www.radio-canada.ca/television/du_coeur_au_ventre/recettes/index.asp?idRecette=531

La chicorée est reconnue comme une excellente plante dépurative, c'est-à-dire qu'elle purifie l'organisme en favorisant l'élimination des toxines.

La culture écologique des plantes légumières, Yves Gagnon, Ed. Colloïdales, 1998