



Feuille de chou, 9e livraison du 19 mars 2009

Chers partenaires,

Les semences biodynamiques commandées au Québec, en Allemagne, aux États-Unis et en France arrivent. Les céleris-raves commencent à sortir de terre et les oignons ont commencé à être semés. Les poussins arrivent la semaine prochaine, le premier petit veau est né. Et les porcelets? Ils devraient y être cette semaine! Le temps du recrutement des stagiaires et employés ainsi que des inscriptions des partenaires pour les paniers bas son plein (**un énorme merci à Susan**), la neige fond à vue d'œil... Les oiseaux ne sont pas tous arrivés, mais on sent bien avec les journées qui s'allongent que le printemps arrive lui aussi!

Vous trouvez que l'hiver est trop long? Vous avez froid avec ces giboulées de mars? Vous n'avez pas les moyens ni le temps de vous payer un voyage dans le Sud? Le congé de Pâques se fait attendre avec la fatigue accumulée depuis Noël? Vous cherchez quelles activités vous pourriez bien faire ces temps-ci en famille ou avec des amis. Hé bien... Quoi de mieux qu'une journée en t-shirt, à se délayer les doigts dans la terre à découvrir la forme des semences des légumes que vous avez mangés tout l'hiver ou que vous mangerez cet été? Le travail dans les serres ne fait que commencer! Ménage, semis, mais bientôt, repiquage! Toutes vos visites comptent déjà pour vos 8 h et c'est super de découvrir l'équipe de vos fermiers!

Ce sera un grand plaisir de partager le chocolat chaud avec vous!

À très bientôt!

Anne pour l'équipe de la ferme.

**Petite annonce** : Nous sommes à la recherche de chaises empilables pour la cuisine d'été (non rembourrées et sans tissu s.v.p.) ainsi que 2 bancs d'auto pour les enfants de plus de 25 lb pour quand nous allons chercher des gens à l'autobus. Merci de garder l'œil ouvert pour nous!



Commandité par :

---

## Recette de la semaine

---

### Salade d'endives de Monique

Avec vos endives coupées en rondelles, vous pouvez y ajouter tous les fruits que vous aimez, laissez aller votre imagination selon vos goûts et votre budget...avec les couleurs, les arômes, les sucres ou l'acidité. Mandarines, pommes, poires, kiwis, raisins... frais autant que possible, je n'ai pas essayé avec des fruits secs, mais ça reste à goûter.... Ajoutez de l'oignon rouge, moi je préfère de l'échalote grise, un peu d'ail et une vinaigrette de votre choix.

Pour moi, une recette est un guide et le restant une affaire de goût...

---

### Endives du vendredi

3 c. à soupe de beurre  
8 endives  
8 tranches de saumon fumé  
3 t. de sauce béchamel, chaude  
1 c. à soupe de parmesan râpé  
Sel & poivre  
¼ de t. de fromage râpé  
16 petites crevettes



- Chauffez le four à 350 C. Beurrez un plat allant au four.
- Dans un poêlon, faites fondre le beurre; faites dorer les endives.
- Déposez une endive sur chaque tranche de saumon fumé, roulez; fixer à l'aide d'une cure-dents; déposez dans un plat.
- Dans une casserole contenant la béchamel, ajoutez la muscade et le parmesan; salez & poivrez; versez sur les rouleaux de jambon; couvrez; faites cuire au four 30 minutes.
- Retirez du four; déposez les crevettes sur les rouleaux et parsemez de fromage râpé. Mettre le four à grill et faites gratiner sous le grill. Servez. 4 portions.

Réf : «Qu'est-ce que l'on mange?», Le cercle des fermières, vol.1

Bon appétit!

IMPRIMÉ PAR : Duplica