



L'ÉCHO

SPÉCIAL FRAISES

DE MON MARAÎCHER

Les enfants c'est comme les plants de fraisiers, on les enveloppe dans de la paille pour les protéger du froid et ils se tirent par les côtés.

(Elizabeth Buchan)

- DANS CE NUMÉRO**
- **ÉDITORIAL**
 - **LES PREMIERS ARRIVAGES**
 - **AU MENU : les fraises**
 - **RETOUR du panier chanceux**

Une belle grande chaise jaune, nouvellement apparue dans notre parterre appel les regards et la curiosité des gens. Gisant dans l'herbe, parmi les fleurs, elle se veut un symbole puissant des valeurs d'hospitalité et d'accueil qui fondent notre entreprise familiale. Comme une invitation incessante, elle claironne en couleur des «Bienvenue à tous! Asseyez-vous, vous êtes nos invités, prenez un moment pour vous détendre, vous (re)poser chez-nous».

Cette imposante décoration vous annonce bien clairement un aspect primordial de la mission de notre entreprise: «Donner toute la place nécessaire à la personne: accueil, respect, attention, amabilité, écoute.» À cause de cette chaise, nous nous devons d'être particulièrement fidèles à ces principes, histoire de montrer de la cohérence. Cette nouvelle saison sera donc particulièrement axée sur les besoins des gens qui nous visitent, dans le souci toujours constant de faire vivre au plus grand nombre une expérience satisfaisante, tant au niveau des produits que de la qualité des services offerts chez-nous.

Dame Nature s'est faite encore une fois clémente, capricieuse mais combien généreuse, imprévisible, toute à la fois douce et potentiellement dévastatrice. L'été s'annonce ponctué de changements brusques, foisonnant de parfums à humer, de saveurs fraîches et sucrées à retrouver. Croustillant, vivifiant, énergisant. Le fruit de notre travail offert par le concert de rencontres magiques, le cycle vital de l'agriculture, ses méthodes et ses soins, et tous ces gens qui travaillent et se nourrissent ici au sein de notre petit monde.



Vous êtes chez-vous chez-nous, ensemble nécessairement. Bienvenue encore une fois! Un bel été à tous P.S. Des fraises au menu, matin midi et soir...



LES PREMIERS ARRIVAGES

Nos salades de champ sont prêtes

GOÛTEZ à la fleur d'ail !

Avec nos grand tunnels, surveillez l'arrivée des cornichons et haricots!

Voir sur Facebook ou sur notre site internet pour connaître la date d'ouverture de l'auto-cueillette

C'EST LE TEMPS DES FRAISES

Nos piments de serre sont arrivés!

Échalote

Première récolte 2016 31 mai

Radis rouge et de couleur

AUTOCUEILLETTE



Dégustation de saucisses

le 25 juin de 10h à 16h à la Ferme des Ormes

Éleveur, transformateur et détaillant de bœufs Angus-Wagyu et porcs. Grande variété de saucisses.

Hot-dog et animaux sur place

EN CAS DE PLUIE
REMIS AU 26 JUIN

Les cent dernières années ont fait fleurir une médecine dont les prouesses remarquables ne cessent de repousser les assauts des maladies et des souffrances humaines. La science et la technologie donnent des ailes aux espérances du monde, des gens: espoir d'une vie plus douce, plus longue, toujours meilleure de génération en génération. Les progrès immenses et les possibilités qui s'ouvrent grâce aux percées scientifiques amènent toute la société dans un cadre nouveau, où la médecine et toute la pharmacologie prennent une place énorme. Les résultats prodigieux de certains médicaments ont fait naître la quête de la pilule miracle. Dès lors, les comportements ont évolué, tendant à réduire la maladie à ses symptômes, excluant petit à petit la personne, son histoire, ses habitudes et sa responsabilité.

Les statistiques démontrent clairement les liens entre l'obésité, le diabète, l'hypercholestérolémie, les cardiopathies, les ACV, L'hypertension, l'hypoglycémie, les dépressions et même plusieurs cancers (et bien d'autres maladies) avec les habitudes de vie des personnes atteintes. La mauvaise alimentation, le stress, le malheur et l'inactivité sont tous des facteurs qui favorisent l'éclosion de ces maladies.

Une vie saine éloigne la maladie, c'est prouvé! Les changements d'habitudes sont difficiles, surtout pour les adultes, pour qui le temps a figé les comportements. Mais qui est responsable en bout de piste?

L'industrie pharmaceutique fait des milliards et des milliards sur le dos de notre inconscience et de notre irresponsabilité.

Manger mieux, mettre de l'équilibre dans ma vie, faire des bons choix. C'est ma responsabilité.

À bientôt



RECETTE

Bruschetta fraises, concombres et herbes

Ingrédients :

- 1 baguette (croûtons de pain)
- 1 tasse de fraises du Québec
- 1/2 tasse de concombres libanais
- 1/2 tasse de tomates cerises
- 1 échalote française
- 2 c. à soupe de basilic
- 1 c. à soupe de ciboulette
- 1 c. à soupe de persil
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de vinaigre balsamique
- 1 citron (zeste et jus)
- Sel et poivre au goût
- Copeaux de parmesan au goût (ou autre fromage à pâte ferme)

1. Préchauffer le four à 400° F (200° C).
2. Trancher finement la baguette, huiler et assaisonner.
3. Déposer sur une plaque à biscuits et griller au four environ 5 à 7 minutes.
4. Couper finement les fraises, les concombres, les tomates et l'échalote en petits dés d'environ 1 centimètre.
5. Hacher les fines herbes.
6. Déposer les fruits, légumes et herbes dans un bol.
7. Ajouter l'huile, le vinaigre balsamique ainsi que le zeste et le jus de citron au mélange. Assaisonner et bien mélanger.
8. Déposer une cuillerée de mélange à bruschetta sur chaque croûton et parsemer de copeaux de fromage. Multiplier et partager avec plaisir!

4 bonnes raisons de se réjouir de manger des fraises



Elles sont locales

Elles font partie de l'économie Québécoise

Elles sont nutritives

Elles se laissent cueillir

Vinaigrette fraise et basilic

- 1/2 tasse de fraises coupées en dés
- 1/4 tasse de basilic frais haché et bien tassé
- 2 c. thé d'échalote française haché
- 1 petite gousse d'ail
- 2 c. thé de moutarde de Dijon
- 1 c. table de vinaigre balsamique
- 1/2 c. thé de miel
- 1/4 tasse d'huile d'olive
- Sel et poivre au goût
- Au mélangeur, réduire en purée tous les ingrédients



Consultez le site internet

fraisesetframboisesduquebec.com

Plein d'idées de recettes pour vos fraises.

AU MENU

À la Ferme, notre cuisine artisanale vous offre un grand choix de produits faits maison.

- Tarte aux fraises
- Tarte fraise/rhubarbe
- Tarte crème pâtissière
- Carré aux fraises
- Tarte aux tomates
- Pâté mexicain
- Quiche aux légumes
- Tarte aux lentilles



PROMOTION " LE PANIER CHANCEUX "

Le retour du panier CHANCEUX plus de 500 paniers chanceux

COUREZ LA CHANCE DE GAGNER

2\$ ou 5\$ de rabais

1 panier 1,5 L de fraises gratuit

Le prix se trouve au fond du panier. Rapportez votre panier pour réclamer votre prix.



Le comptoir à la Ferme est ouvert 7 jours / 7 de 8 h à 20 h



175, rang Chenal Tardif, Pierreville, (QC)

Tomates, concombres de serre, laitue, radis, légumes de saison et cuisine artisanale.

Tél. : 450 568-3709

Nous sommes présents :

Marché Godefroy
les samedis et les dimanches de 9 h à 17 h

Marché Public de Drummondville
les vendredis de 7 h à 18 h
le samedi de 9 h à 16 h
les mardis de 7 h à 13 h
de mai à octobre (extérieur)

Site internet : www.fermedesormes.ca