

L'ÉCHO

DE MON MARAÎCHER

SPÉCIAL
LÉGUMES



Mangez des légumes ça porte fruits.

DANS CE NUMÉRO

• CHRONIQUE

de Michel

• NOS LÉGUMES

• HIER À AUJOURD'HUI

• MAÏS

• AU MENU

• PROMOTION



Michel
Deschênes

Chaque été, quand arrivent les premiers légumes de saison, les fraises, les framboises, les bleuets, etc., nombreux sont nos clients, rencontrés à la ferme ou au marché public, qui nous envient, nous encensent et nous louangent: «Vous faites un vrai beau métier (...) toujours dehors, en harmonie avec la nature (...)». D'autres aussi constatent avec nous l'importance d'avoir, à proximité de chez-soi, la possibilité de s'approvisionner en fruits et légumes frais: «On a besoin de vous, on s'est ennuyé tout l'hiver...». Nous comprenons, grâce à ces nombreux commentaires élogieux, que notre métier est apprécié, voir essentiel. CELA EST TRÈS GRATIFIANT.

Cette gratitude, cet accueil, cette réussite finalement, c'est notre énergie principale, l'aliment de notre passion. Oui! Nous exerçons un très beau métier. Et oui nous vivons au rythme des saisons, coude à coude avec les soubresauts de Dame Nature. Mais ces risques, ces inconvénients dont on se plaint parfois, ce sont aussi nos stimulants, les défis que l'on doit relever, l'incontournable avec lequel il faut composer.

Il y a un grand bonheur à aimer son travail. On y trouve une joie, une douce sérénité. C'est un bienfait tangible dans ce monde éphémère. Quand je me trouve dans le feu de l'action, au centre de l'animation d'un jour de marché achalandé, je chante, je danse, je souris tout en servant mes client(e)s, le cœur en liesse. J'y ai découvert ma vocation. Merci mon Dieu!

Quand je me donne cette chance, que je consacre toute mon attention aux personnes que je rencontre, je partage alors avec eux des petits bouts de vie. On se raconte nos peines et nos joies, en toute confiance, les yeux dans les yeux. Et c'est merveilleux. Cet échange me remplit. Cet échange donne du sens à ma vie. Je ne suis plus seul. Je vis en communion avec mes semblables.

C'est l'amour fou quoi!! À très bientôt



NOS LÉGUMES

ZUCCHINI



Quel que soit le mode de préparation choisi, quelle soit verte ou jaune, la courgette permet toutes les fantaisies lors de la découpe: des rondelles, des dés, des rubans, des filaments avec une râpe à gros trous... reste à choisir celle qui convient le mieux à la préparation. Elle se glisse partout, du plat de pâtes à la tortilla, en passant par les gratins et les cakes.

Indispensable à la ratatouille méridionale, elle peut bien sûr se déguster seule, tout juste assaisonnée d'une vinaigrette bien relevée, en salade chaude ou froide, ou en accompagnement de plats de poissons, de veau ou avec de la béchamel.

AUBERGINE



L'aubergine blanche, rose ou pourpre se situe parmi les légumes frais les moins caloriques.

Consommez-la cuite à la vapeur ou à l'étuvée, de cette façon elle ne s'imbibe pas de graisse. Elle est tout de même savoureuse frite à la poêle. Elle se mêle parfaitement à la ratatouille.

Enfin, l'aubergine est l'ingrédient essentiel de la Moussaka des Grecs (avec du boeuf ou de l'agneau haché, de la tomate et de la béchamel) ainsi que de la Parmiggiana des Italiens (des tomates, de la mozzarella et des lamelles d'aubergines grillées qui se superposent). Et pour faire simple, en lamelles, passées quelques minutes sous le gril du four, elle croustille délicieusement...

TOMATE



À l'époque, le fruit était tout petit, encore plus petit que la tomate cerise d'aujourd'hui, mais graduellement, des mutations à fruits plus gros se sont développées. Les Européens croyaient même que la tomate était toxique. Ce n'est pas avant le milieu du XVIII^e siècle que la tomate fut acceptée comme légume. Au Québec, on ne cultive la tomate que depuis le début du XX^e siècle. Depuis les années 60, la tomate est le légume le plus cultivé dans les potagers québécois. Il existe plus de 10 000 variétés de tomates.



Marché Godefroy 1996 - 1998

Fin des années quatre vingt-dix, nous voilà en préparation d'un transfert de ferme. Nous sommes quatre associés: Michèle Bourque, Jean Bourque, Josée Lanoie et Michel Deschenes et le plus jeune des fils, Stéphane Bourque se joindra à nous quelques années plus tard pour former le quintet actuel. Nous travaillons ensemble depuis quelques années déjà. Nous partageons un peu les mêmes rêves: fonder familles et reprendre l'entreprise des Bourque.

En préambule à ces projets, nous avons tous été nous chercher une formation collégiale solide en agriculture à l'Institut de Technologie Agroalimentaire de St-Hyacinthe. Nos connaissances sont diverses et complémentaires: horticulture légumière et fruitière, serriculture et aménagement paysager. Enrichis de tout ce bagage académique, nous partageons à l'époque une grande passion pour une agriculture de proximité, plus touristique ou événementielle. Nous souhaitions faire connaître d'avantage la Ferme des Ormes et transformer certains produits à la ferme. Ces deux avenues nous ont été révélées lors de notre participation à un colloque sur l'agrotourisme à Coaticook en 1997.

Nos premiers succès coïncident avec la naissance du Marché Godefroy. Un beau samedi matin du mois de juillet 1994, une foule de consommateurs curieux envahissait notre fameux chapiteau vert et jaune: ce fut un coup de foudre immédiat. Notre carrière de marchand de légumes prenait forme. Je me souviens encore très bien de cette euphorie qui habitait chacun de nous. C'est ainsi que nous allions devenir tour à tour spécialistes en marchandisage direct, producteurs diversifiés, experts conseils, déployant sous vos yeux fraîcheur, abondance et sourire.

Dans les mêmes années, vous nous avez vus se joindre au retentissant succès de La Foire Agroalimentaire d'Automne du Grand-St-Esprit. C'est au travers de ces expériences un peu ahurissantes, où devant nos étals ont défilé parfois quelques quarante mille personnes, que notre goût du public s'est développé.

Dans cette lancée, nous avons organisé la Fête des Citrouilles Illuminées. De 1997 à 2002, chaque fin de saison était clôturée par une fête d'Halloween mémorable. Plus de trois cents citrouilles illuminaient, trois soirées durant, les yeux ébahis de milliers de visiteurs. Souvenez-vous également de nos événements «Marché à la ferme» et aussi de nos «Fêtes de la fraise». Une époque tumultueuse riche en efforts, dont on récolte encore beaucoup de fruits actuellement.

Au prochain numéro, je vous raconte la croissance de notre belle entreprise!



Ferme des Ormes 2001

AIL DU QUEBEC EST ARRIVÉ



Détrôné par les importations bas de gamme dans les supermarchés, l'ail du Québec revient dans l'assiette des Québécois par la grande porte, celle de la gourmandise et du goût.
(Le Soleil)



N'oubliez pas qu'à la Ferme des Ormes
NOTRE MAÏS
est sans insecticide.



LA FRAISE D'AUTOMNE
est arrivée!

AU MENU

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

- Pâté au poulet
- Quiche
- Tarte aux tomates ou aux lentilles

Pour les dents plus sucrées :

- Tarte à la crème pâtissière garnie de fruits frais et de chocolat noir
- Tarte aux fruits
- Tarte aux pommes et sucre à la crème

Pour une petite collation :

- Galette santé
- Muffins

RECETTE de ratatouille

En France, la ratatouille est une spécialité culinaire niçoise, que l'on trouve également en Provence. Il s'agit d'un ragoût de divers légumes.

- 1 panier 3 litres de tomates
- 1 poivron vert
- 2 courgettes moyennes
- 2 gros oignons
- 1 aubergine
- 2 gousses d'ail
- Sel, poivre
- Huile d'olive
- Bouquet garni (thym-basilic)
- Piment fort (facultatif)

1. Ébouillanter et peler les tomates.
2. Couper tous les légumes en cubes.
3. Faire revenir les légumes dans un peu d'huile d'olive (à l'exception des tomates)
4. Par la suite, ajouter les tomates et laisser réduire pendant au moins une heure.
5. Assaisonner au goût.
6. La ratatouille est habituellement servie comme plat d'accompagnement, mais peut aussi être servie comme plat principal avec des saucisses (alors accompagnée de riz ou de pain).

PROMOTION " 5 SACS DE LÉGUMES FRAIS "

COUREZ LA CHANCE DE GAGNER

1 des 5 sacs tout garnis de beaux légumes frais cueillis (valeur de 50\$ du sac)



Concours 5 sacs tout garnis de légumes (valeur de 50\$ du sac).

Nom : _____

Adresse : _____

Téléphone : _____

TIRAGE LE 20 AOÛT



175, rang Chenal Tardif, Pierreville, (QC)

Fraises d'automne, melons, pommes nouvelles, bleuets et les légumes de saisons.

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



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)

Nouveau site internet :

www.fermedesormes.ca