



DANS CE NUMÉRO

- **CHRONIQUE**
de Michel
- **LES TOMATES**
- **D'HIER À AUJOURD'HUI**
- **NOTRE FIN DE SEMAINE ITALIENNE**
- **MENU D'AUTOMNE**
- **RECETTE**
- **L'ARRIVÉE**
des légumes d'automne



Michel
Deschênes

Septembre, avec ses journées plus douces, ses nuits plus fraîches et les récoltes de fruits et légumes qui abondent. En septembre, toutes les denrées qui peuvent pousser dans nos jardins finissent par se retrouver sur nos étales. La nature (et ses ouvriers, les jardiniers) vous offre une orgie de couleurs et de saveurs. C'est déjà le temps de penser conserves et provisions en prévision du temps plus froid. Pour ma part, j'ai commencé à cuisiner mes énormes marmites de sauce à spaghetti. Avec l'aide de ma douce, nous cuisinons bon an mal an plus d'une centaine de pots de sauce tomate ou à la viande. Lorsque les tomates et tous les autres légumes qui composent ma recette (des oignons frais, du céleri, des carottes, des poivrons et du piment fort ainsi que beaucoup d'ail et du basilic (...)) sont disponibles, j'utilise un de nos gros chaudrons à maïs avec son brûleur. Une recette qui renferme pas loin de trente livre de tomates ainsi que sept à dix livres de viande, plus les autres légumes!! Le résultat est une sauce riche, naturellement sucrée par les nombreux ingrédients qui la compose.

Préparer ma sauce, c'est toujours un plaisir, presque une fête. J'aime particulièrement ces moments où notre maison se remplit des odeurs du jardin. D'abord les oignons qui rissent, le céleri frais qui embaume, les piments forts qui nous titillent (et nous échauffent!!), l'ail frais qui exhale son parfum; les tomates qui cuisent et réduisent, avec ces bouillonnements rouges et chauds, la sauce qui épaissit et son arôme qui s'affine. Une joie pour les sens, une promesse de nombreux repas savoureux et nourrissants.

Jusqu'à l'été prochain, je sais que j'aurai toujours sous la main un bon repas délicieux et rapide à préparer. Cuisiner ma sauce, avec ma Michèle, c'est devenu comme un rite, un moment de travail bien particulier, fécond. Avec les années, c'est aussi devenu une façon de transmettre un peu de cet amour à mes enfants qui vont emporter dans leurs logis de jeunes adultes, chaque semaine un repas composé de ma fameuse sauce... Il n'y a pas si longtemps, c'était la sauce de mon papa qui faisait un peu de notre bonheur de jeune couple!! J'ai reçu beaucoup d'amour à travers ces pots de sauce savoureux qui m'étaient donnés. C'est maintenant notre tour, notre chance de pouvoir cuisiner et donner. Aujourd'hui j'apprécie beaucoup ces petites attentions d'hier. C'est transmettre ce que j'ai eu le bonheur de recevoir.

Ainsi va la vie.



QUOI FAIRE AVEC VOS TOMATES ?



SALADE GRECQUE

Simplement composée de tranches de tomates et d'oignons, fromage feta, olives noires, basilic, ail, le tout arrosé d'un filet d'huile d'olive.



TOMATES À LA PROVENÇALE

Tranchez les tomates, faites-les revenir dans l'huile d'olive, puis mettez-les au four, après les avoir saupoudrées d'ail, de persil et de chapelure.



SALADE DE PÂTES COURTES

Émiettez du thon pâle dans l'huile avec des olives noires, des tomates rouges et jaunes coupées en dés, des haricots verts et des pâtes.



BRUSCHETTA

Coupez des tomates en dés, laissez-les égoutter dans une passoire, puis assaisonnez au basilic et à l'ail. Servez sur des tranches de pain de campagne huilées et passées au four.



DANS L'OMELETTE ESPAGNOLE

Avec des oignons, des poivrons verts et rouges et des tomates coupées en dés. Ajoutez les oeufs battus et faites cuire jusqu'à ce qu'ils soient fermes.



EN CASSEROLE

Coupée en tranches en alternance avec d'autres légumes : aubergines, pommes de terre, courgettes. Gratinez au four.



DANS LES CRÈMES, LES SOUPES ET LES CONSOMMÉS

Essayez le gaspacho espagnol, que l'on sert bien froid les jours de canicule.



EN SAUCE, AVEC OU SANS VIANDE

Les olives conviennent particulièrement aux sauces sans viande, de même que la crème et les champignons



DANS LES PIZZAS

SALADE DE TOMATES CERISES
FARCIE, CRUE OU CUITE,
FROIDE OU CHAUDE



Desjardins
Caisse populaire
du Bas-Saint-François

Johanne Lambert, Directrice générale

85, route Marie-Victorin, Saint-François-du-Lac
www.desjardins.com/caissedubasstfrancois

« Le Premier Choix des entreprises
qui vont de l'avant »

Rendez-vous : 450 568-3108
Ligne directe : 450 568-0541
Télécopieur : 450 568-0168
Sans frais : 1 877 411-3108
Bureau I.V.A : 450 568-0577

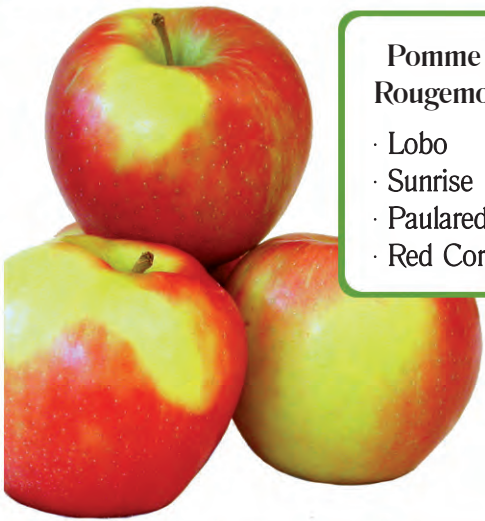
GUICHET AUTOMATIQUE 24H/7 JOURS





Josée, Stéphane, Michèle, Michel et Jean

NOS VARIÉTÉS DE POMMES



Pomme de Rougemont :

- Lobo
- Sunrise
- Paulared
- Red Cort



Il ne faut pas oublier que c'est maintenant le début des courges d'hiver (courge spaghetti, butternut, poivrée)

Aussi disponible au kiosque :
· piments forts
· basilic

RECETTE

sauce aux poivrons

- 3 c. soupe d'huile d'olive
- 1 gros oignon haché
- 4 à 6 gros poivrons frais (rouges, oranges ou jaunes) vidés et coupés en morceaux
- ¾ tasse d'eau ou de bouillon de poulet
- 1 noix de beurre
- 125 ml. de crème 35%
- Muscade, sel, poivre au goût
- Parmesan râpé

Tiré du livre de Stefano Faita.
Pour 8 personnes.

1. Faire revenir dans l'huile d'olive les oignons quelques minutes et ajouter les poivrons et les laisser cuire encore 10 minutes.
2. Ajouter l'eau ou le bouillon et amener à ébullition avant de réduire le feu et de couvrir. Laisser mijoter à feu doux environ 1 heure.
3. Retirer le couvercle et poursuivre la cuisson 15 minutes.
4. Retirer du feu et réduire la sauce en purée à l'aide d'un mélangeur à main.
5. Remettre sur le feu quelques minutes pour et y incorporer le beurre, la crème et la muscade. Assaisonner de sel et de poivre.
6. Servir la sauce avec des pâtes et garnir le tout de parmesan râpé.

Un vrai délice...

Durant ces années, nous avons développé une approche très verte et durable dans nos techniques de production. Ainsi, la production en serre est faite avec PRATIQUEMENT AUCUN INSECTICIDE. De plus, nous privilégions une approche écologique dans toutes nos productions. Un bel exemple, celui du maïs sucré: désormais à la Ferme des Ormes, nous cultivons notre blé d'inde sans insecticide. Nous combattons la pyrale du maïs, cette petite chenille détestée des producteurs et des consommateurs, par l'introduction d'un de ses ennemis naturels, j'ai nommé le trichogramme. Cette minuscule guêpe, totalement inoffensive dans l'équilibre écologique, vient parasiter les œufs du papillon nuisible, effectuant ainsi le contrôle souhaité envers ce petit ver indésirable. LE TOUT SANS AUCUN IMPACT NÉGATIF POUR L'ENVIRONNEMENT.

La Ferme des Ormes des années 2000, c'est cela et beaucoup plus encore. C'est entre autres le travail de plus de vingt personnes dévouées. C'est aussi une belle école pour nos enfants qui grandissent, travaillant à nos côtés. Quel bel événement que de voir nos jeunes s'éveiller avant l'aurore, fébriles, pour venir charger les camions et se joindre à l'équipe qui passera une grande journée au marché public Une histoire de famille qui se poursuit... au prochain numéro!!

AU MENU

À partir du 13 septembre

- Tourtière lard et boeuf
(faite avec lard de la Jambonnière producteur de porc de St-Rémi de Tingwick)
- Pâté au poulet
- Tarte aux pommes, poires et canneberges
- Tarte aux pommes et sucre à la crème

N'oubliez pas de passer votre commande pour faire vos provisions.

NOTRE FIN DE SEMAINE ITALIENNE

du 6 au 9 septembre

Spécialement cuisinés pour vous:

- Sauce à spaghetti
- Tarte aux tomates
- Pizza italienne

PROMOTION

ACHETEZ
5 caisses de tomates
et la
6^e est gratuite



175, rang Chenal Tardif, Pierreville, (QC)

Fraises d'automne, melons, pommes nouvelles, betteraves, patates, poireaux...

Le comptoir à la Ferme est ouvert 7 jours/7 jusqu'à l'halloween



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