



DANS CE NUMÉRO

• ÉDITORIAL

• QUOI DE PLUS LOCAL QUE VOTRE PROPRE POTAGER ?

• TIRAGE Chef à domicile

• LES PRODUITS ACTI-SOL

• PROMOTION La fleur chanceuse



Michel
Deschênes

« [...] Aime ton travail, aussi humble soit-il, car c'est un bien réel dans un monde incertain [...] »

(Max Ehrmann dans *Desiderata* 1927)

Aimer ce que l'on fait, ou faire ce que l'on aime ? Réussir dans la vie ou réussir sa vie? Voilà des questions qui nous ramènent à l'essentiel : ce qui compte vraiment, le sens de la vie et la quête du bonheur. On nous conditionne, depuis notre plus jeune âge, à devenir des personnes productives, performantes; la réussite se mesure aux biens que vous acquerez, au prestige et à la renommée. Société du paraître, société de consommation, le bonheur s'achète à rabais chez Walmart et tout se conjugue avec AVOIR. Être pauvre de biens matériels, d'argent, peiner à joindre les deux bouts pour survivre serait donc un échec, le constat d'une vie ratée. Et ce qui se passe

à l'intérieur : la peur, la frustration, l'envie et le dégoût de soi, le désespoir de vivre. Et les familles qui éclatent, et les faillites qui abondent. L'industrie pharmaceutique n'en finit plus d'expansion, se gave littéralement à l'aulne des dépressions, du mal être. L'important nous manque. La grisaille morbide des actualités dépeint un monde où l'essentiel est occulté. C'est cliché, je sais, mais le monde est en crise parce que l'amour brille trop souvent par son absence. Les gens heureux font exception.

Dans son merveilleux texte, Ehrmann offre à tous l'espoir d'une vie réussie, de l'intérieur, grâce à l'amour et toutes ces vertus. La patience, la tolérance, l'acceptation, la compassion, (...), le pardon.

Je crois que la vie m'a amené sur cette ferme pour que j'y découvre la joie d'aimer mon travail. Et ne vous y trompez pas, ce n'est pas le travail, mais l'amour du travail qui est un bien réel dans ce monde incertain. En aimant ce que l'on fait, en faisant avec amour ce qu'il faut faire pour vivre, on met en place toutes les dispositions du cœur qu'il faut... pour être heureux !!

Je nous souhaite un bel été, rempli, abondant et surtout plein d'amour !!



QUOI DE PLUS LOCAL QUE VOTRE PROPRE POTAGER ?

Le coin fines herbes

Simple et faciles à cultiver, ajoutez des fines herbes est une belle façon de donner du goût à votre assiette. Cultivez-les sur votre patio, elles seront plus accessibles qu'au jardin ou encore dans votre plate-bande ou vos boîtes à fleurs. Un choix de plus de 20 variétés s'offre à vous. Les fines herbes pour le plaisir des sens et de la table...

Les extras

Si vous aimez essayer de nouvelles saveurs ou simplement sortir un peu de l'ordinaire voici ce que l'on vous propose :

- chou kale rouge ou vert
- 4 variétés d'aubergines
- 5 variétés de piments forts
- échalote
- zucchini vert ou jaune
- plant de fraise
- plant d'asperge

Les incontournables

TOMATE : Rouge, rose, jaune, italienne, cerise, raisin ou même en jardinière, ce n'est pas le choix qui manque (environ 20 variétés). Nous trouverons ce qui convient le mieux à votre jardin et à votre palais.

CONCOMBRE : Libanais, anglais, cornichon ou le concombre de table prennent trop de place au jardin... pourquoi ne pas les faire grimper! Ce légume ajoutera de la fraîcheur à vos salades ou dans vos collations.

LAITUE : 8 variétés de laitue sont disponibles pour planter au jardin. Plantez-les en deux fois pour étirer le plaisir de la récolte et vous pouvez même les semer puisque leur cycle est très court.

Venez nous voir à la ferme
le 21, 22 et 23 mai 2016
avec vos apprentis jardiniers.

GRATUIT

Ils recevront un plant
de tomates cerise.

(jusqu'à épuisement des stocks)



*Enfin!
ils sont arrivés.*

Concombres, asperges et
tomates de serre
suivront les radis et salades



TIRAGE (CHEF À DOMICILE)

Pour gagner votre
Chef à domicile
inscrivez-vous en ligne
www.fermedesormes.ca



TIRAGE
17 septembre
2016

REPAS 4 SERVICES
par le Chef
Fred Chappuis
pour 6 personnes!
Une valeur
de 500 \$



DONNEZ UNE 2^E VIE
À VOS BEAUX
CONTENANTS.

Apportez-nous
vos contenants et
nous vous ferons
un arrangement
floral personnalisé.



RECETTE

Poitrines de poulet rapide

Ingrédients :

- 1/2 tasse de mayonnaise
- 3 c. à soupe de moutarde de Dijon
- le jus et le zeste d'un citron
- 2 c. à thé d'estragon séché
- Sel et poivre au goût
- Asperges fraîches
- 4 petites poitrines de poulet désossées
- 4 tranches de fromage Provolone ou Mozzarella
- 1 tasse de chapelure (japonaise panko)

Préparation

1. Préchauffer le four à 475°F (245°C). Graisser un plat de cuisson. Dans un bol, combiner la mayonnaise, la moutarde de Dijon, le jus de citron, le zeste, l'estragon, le sel et le poivre; bien mélanger et réserver.

2. Cuire les asperges au micro-ondes jusqu'à ce qu'elles soient de couleur éclatante, environ 1-1 1/2 minute; réserver. Placer les poitrines de poulet entre deux morceaux de pellicule plastique, sur une surface dure et plane; aplatir au mortier ou à l'attendrisseur à viande, jusqu'à une épaisseur de 1/4 de pouce ou couper la poitrine en deux.

3. Placer une tranche de Provolone sur chaque poitrine de poulet aplatie, puis déposer 4 asperges par-dessus. Rouler fermement les poitrines de poulet autour des asperges et déposer dans le plat de cuisson, côté couture vers le bas. Badigeonner les rouleaux de poulet avec le mélange de mayonnaise et saupoudrer de chapelure; presser la chapelure pour qu'elle adhère bien au poulet.

4. Cuire au four jusqu'à ce que la chapelure soit dorée et que le poulet soit cuit, environ 25 minutes.

NOUVEAUTÉ!



PRODUIT DE
LA RÉGION

DEVENEZ NOTRE AMI

facebook



Suivez-nous pour
connaître :

- Nos promotions
- Idées repas
- Les nouveaux arrivages
de légumes

AU MENU

Depuis presque 20 ans
notre cuisine artisanale
vous offre des produits faits maison.

- Tarte aux 4 fruits
- Tarte pomme/sucre à la crème
- Quiche aux asperges
- Pâté au poulet
- Pâté mexicain
- Galette santé et
à la mélasse
- Pet de soeur



Il est toujours temps de les découvrir.

PROMOTION " LA FLEUR CHANCEUSE "

Venez cueillir
votre fleur chanceuse

à l'achat de 60\$ et plus
vous pourrez cueillir une fleur et
vous méritez un cadeau surprise.

La promotion se termine le 6 juin.



175, rang Chenal Tardif, Pierreville, (QC)

Tomates, concombres de serre, radis, asperges, salades, etc...

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)

Pour en connaître plus sur notre ferme
visitez notre nouveau site internet :
www.fermedesormes.ca