

Feuille de chou, 10^e livraison, du 28 au 31 août 2007

Bonjour mangeurs de légumes,

Mon nom est Teja, je viens de la Suisse-Allemande, je suis venu au Canada pour de longues vacances de 6 mois! Pour ne pas végéter dans de trop nombreux temps libres et pour apprendre votre langue (québécoise, française ou quelque chose comme ça), j'ai décidé de travailler à cette ferme biodynamique. Normalement, je travaille avec des enfants autistes ou ayant des difficultés sociales ou d'apprentissage. Les voir pousser prend plus de temps que les légumes que vous retrouverez dans votre panier!

Je suis ici depuis 2 mois ½. Je projette d'aller visiter l'Ouest canadien. Je veux voir les Rocheuses, les grizzlis et tout ce que votre beau pays a à offrir.

Tout va bien à la ferme : on arrache de la mauvaise herbe, on travaille; les abeilles entrent dans les fleurs, on travaille; on ramasse des légumes, on travaille; on prend de petites pauses, on boit du café, on travaille.

Je suis très heureux de travailler dans un bel endroit comme celui-ci, une bonne place vos légumes. Je remercie les partenaires de rendre tout ceci possible et l'équipe pour l'énergie investie et la belle expérience!

Gute Zeit (ayez du bon temps)

Teja



COMMANDITÉ PAR : **FRITES ALORS**

Recette suisse allemande de la grand-mère de Teja : Röesti

Suivre les 6 étapes puis faire des boulettes minces.

Cuire dans beaucoup d'huile, à la poêle puis cuire au four.

1. Pommes de terre crues râpées, ajouter;
 2. du bacon en morceaux préalablement rissolé, ajouter;
 3. des oignons émincés préalablement rissolés, ajouter;
 4. de la farine (de la ferme) ajouter;
 5. des œufs (1 ou 2 selon la texture)
 6. sel, poivre, fines herbes
-

Tarte aux oignons (cantons de Vaud)

Préparation et cuisson: 1 heure

Température du four: 230°C. (450°F.)

Ingrédients :

- . 500 g d'oignons
- . 250 g de pâte brisée
- . 50 g de beurre
- . 250 ml de crème
- . 3 œufs
- . muscade
- . sel et poivre

Préparation

- _ Pelez et émincez finement les oignons.
- _ Faites fondre le beurre dans une poêle. Jetez-y les oignons et faites-les suer de 20 à 30 minutes à feu doux - ils doivent fondre doucement sans prendre de couleur.
- _ Mélangez les œufs et la crème dans un bol. Incorporez les oignons. Salez, poivrez, muscadez.
- _ Abaissez la pâte au rouleau puis foncez-en une plaque à gâteau beurrée.
- _ Piquez. Versez le mélange sur la pâte. Glissez à four chaud 230°C. (450°F.) et laissez cuire 20 à 30 minutes.