

Salut à vous partenaires & amis!

Et voici déjà ma 6<sup>e</sup> saison à la ferme Cadet-Roussel; ma 1<sup>ere</sup> année fut sous le signe de la découverte en tant que stagiaire, 2 années à faire rouler les paniers et me voilà maintenant responsable des animaux, des céréales et du foin! Je m'occupe des livraisons le mardi ainsi que du point de chute à l'école Paul-Bruchésie avec Marie-Andrée.

À date le bilan du foin est assez décevant, avec seulement une vingtaine de balles rondes qui chauffent tranquillement, 2 champs broyés, 6 ha qui attendent le soleil et la faucheuse qui est actuellement dans une réparation stagnante... Cela dit, nous avons de l'eau pour les jardins! La chaleur et l'humidité sont très profitables pour tous les légumes; comme tous avantages à ses inconvénients: les adventices, les herbes non cultivées, voyez-vous de quoi je parle? NON? Ben, voyons donc! Venez les découvrir: **PORTES OUVERTES AU DÉSHÉRBAGE!** Voici d'ailleurs une annonce :

**“Sessions YOGA DÉSHÉRBAGE offertes les samedi 21 juillet (fête de Jean), 4 août (fête champêtre) et 18 août de 9 h à 12 h. Venez vivre une expérience unique d'union entre le corps, l'esprit et la nature. En toute simplicité, par la conscience du souffle et des postures, vous pourrez apaiser votre esprit tout en aidant la croissance de vos bons légumes! Aucune expérience requise, vêtements amples et confortables recommandés. Anne s'occupera de vos enfants durant ce temps. De votre représentante du point de chute de Chambly, GENEVIÈVE GUILBAULT, professeure de yoga certifiée.”**

Pour la fête champêtre du 4 août j'ai le privilège de vous annoncer la venue d'un groupe local de Reggae Dub “ Les dubterrorsits” et de vous inviter pour un jam coloré, amenez vos instruments et vos talents. Le programme détaillé (méchoui pour souper) sera dans la feuille de chou de la semaine prochaine.

Au plaisir! CHARLY

COMMANDITÉ PAR : **FRITES ALORS**

## Feuilles de betteraves au gratin :

Faites blanchir les épinards et, après les avoir égouttés et pressés, étuvez-les au beurre.

Pour une portion représentant une dizaine de cuillerées à soupe d'épinards, délayez une cuillerée à soupe de farine dans une cuillerée à soupe de beurre.

Mouillez avec 3 dl de lait et ajoutez-y 75 g de gruyère râpé.

Ajoutez les épinards à la sauce, rectifiez l'assaisonnement, incorporez deux jaunes d'oeufs et deux blancs battus en neige bien ferme.

Versez dans un plat à gratin beurré, saupoudrez généreusement de gruyère râpé et arrosez de beurre fondu.

Faites gratiner rapidement à four vif.

Source : [www.marmiton.org](http://www.marmiton.org)

## Purée au fenouil et à l'aneth :

**Préparation** : 15 mn

**Cuisson** : 10 mn

**Repos** : 0 mn

**Temps total** : 25 mn

### Pour 4 personnes :

- 1 beau bulbe de fenouil
- 500 g de pommes de terre
- 30 g de beurre
- 2 jaunes d'oeufs
- 1 peu d'aneth (ou les sommités du fenouil)
- sel

1. Éplucher les pommes de terre. Nettoyer le fenouil, le débarrasser des feuilles abîmées. Conserver les petites feuilles vertes du sommet si vous n'avez pas d'aneth. Découper fenouil et pommes de terre en gros cubes.

2. Cuire les pommes de terre et le fenouil à la vapeur dans un autocuiseur 10 minutes à partir de la sortie de la vapeur.

3. Réduire les pommes de terre et le fenouil en purée. Ajouter le beurre, mélanger soigneusement. Puis ajouter les jaunes d'œufs un à un en mélangeant énergiquement. Pour finir, ajouter un peu d'aneth ou les sommités du bulbe de fenouil, goûter et rectifier l'assaisonnement si nécessaire.