



Feuille de chou, 6e livraison Du 3 au 7 août 2010

J'ai toujours pensé que je venais d'une autre planète....

Étant jeune la lune me servait souvent de refuge. Au dire de mes professeurs j'étais trop « lunatique ». Cette époque fût un endroit très apaisant.

À l'adolescence je m'exaltais vers d'autres dimensions à l'aide de produits naturels... Encore là, ces anciens horizons furent des moments de paix pour une réalité de compréhension de soi trop dure à réaliser dans un univers aussi grand.

Puis, depuis les six dernières années, j'ai parcouru continents et mers afin d'atteindre le soleil des contrées du sud, celui qui nous illumine de toute sa vitalité à des fins d'apprentissage infini.

Et, enfin, aujourd'hui un peu plus les pieds sur terre je suis de retour à la ferme Cadet Roussel, là où les forces cosmiques font leur œuvre chaque jour. Cette année ce ne sont pas les légumes que je cultive mais ce sont les enfants qui me cultivent.

C'est vrai que les jardins me manquent, car étant ma source première de contact avec ma planète, travailler la terre m'aide beaucoup à prendre conscience de mon appartenance face à mon lieu de vie. Par contre les enfants et la nature sont le parfait équilibre à un rythme de vie sain. Les deux se sont révélés à être mes meilleurs guides afin de comprendre le cheminement de notre évolution. Ils vivent tous deux de choses essentielles sans trop penser au lendemain (l'oiseau qui mange, ne moissonne point et a tout le nécessaire à sa survie), ils savent aussi bien donner que recevoir (l'abondance vient de celui qui a donné), ils ont vite compris que le travail c'est bien mais que profiter des éléments qui nous entourent c'est encore mieux (rien de tel que la brise du vent dans le blé lorsque l'on joue à cachette dans les champs), que la routine et la spontanéité font partie de l'art de vivre. Bref vivre avec eux, c'est comprendre pour mieux se comprendre!

Comme l'homme a un rôle précurseur à prendre sur l'harmonie qui peut régner entre ces deux forces de vie : la nature et les générations futures. Je prends donc pied sur Terre et forme humaine, maintenant, en vivant dans l'optique que tout espoir peut être fondé et qu'avec l'amour, l'écoute et la simplicité comme outils de vie, je marche vers un monde meilleur. Merci à la Terre et à tous ces êtres qui vivent avec elle!

Geneviève, une terrienne parmi tant d'autres



Commandité par :

LA BETTERAVE

En général, la betterave, soit on l'adore, soit on la déteste. Les amateurs voudraient en recevoir toutes les semaines dans leur panier biologique. À l'opposé, ceux qui ne l'aiment pas essaient de camoufler au maximum son goût très caractéristique. Les amoureux de la betterave peuvent l'ajouter à la salade de pommes de terre lorsqu'elle est cuite. Crue et râpée, elle peut garnir les salades de légumes, de pommes et de poires. Elle peut être mélangée à la salade de carottes râpées avec un soupçon d'huile de noix. La betterave se marie également bien aux framboises, au fromage feta, aux œufs durs, au basilic, à la menthe et aux épices indiennes. Ses feuilles peuvent être apprêtées comme les épinards ou les bettes à carde.

GÂTEAU AUX BETTERAVES ET AU CHOCOLAT

Yoana Gariépy, fermière de famille, Les Jardins de Tessa

1½ tasse de sucre

2 tasses de farine

½ cuillère à thé de poudre à pâte

1 cuillère à thé de soda à pâte

2 onces de chocolat mi-sucré ou amer

4 œufs

¼ de tasse d'huile

3 tasses de betteraves râpées

Mélanger les ingrédients secs

Faire fondre le chocolat lentement dans un chaudron ou au bain-marie

Mélanger le chocolat légèrement refroidi avec les œufs et l'huile

Ajouter le mélange des ingrédients secs avec le mélange au chocolat en ajoutant les betteraves petit à petit

Mettre le mélange dans un plat de 9 X 9 graissé

Laisser cuire environ 40 minutes à 325° F (160° C) jusqu'à ce qu'une fourchette en ressorte propre

Donne dix portions

Source : À la découverte de votre fermier de famille (Équiterre)



Commandité par :