



Feuille de Kale, 2e livraison Du 4 décembre 2009

Il y a un an et demi de ça, un musicien et une étudiante en sociologie arrivaient à la ferme. Aujourd'hui, il est temps pour eux de repartir. Au fil des saisons, ils ont appris que...

-La ferme, ce n'est pas juste les légumes !

-Les récoltes, ça se planifient difficilement : trop de tomates une année, pas assez la suivante !

-Une vache biodynamique peut vivre jusqu'à 28 ans ! Merci Manon pour ton beau petit dernier...

-Il est merveilleux de croire en l'idéal d'une ferme biodynamique, quasi autarcique, en sachant que c'est un peu «utopique».

-Qu'il existe, encore aujourd'hui sur cette terre, des gens «utopiques» qui croient à la logique de don plutôt qu'à celle de profit (merci Jean pour ce bel apprentissage).

-Que le défi est grand pour le consommateur de devenir un partenaire !

-Que le défi est tout aussi grand pour une ferme familiale de devenir associative...

Mais surtout, le musicien a appris qu'il n'était pas juste un musicien. Le temps passé à la ferme lui a donné la force de croire en lui-même et de découvrir qu'avec beaucoup de travail, il pourrait aussi devenir fermier. Cette prise de conscience lui donne aujourd'hui le courage de poursuivre une formation en agriculture biodynamique.

Pour sa part, l'étudiante en sociologie a appris qu'une ferme, c'est bien plus que l'agriculture. La ferme, c'est aussi des êtres humains, avec leurs joies et leurs peines, qui travaillent ensemble, au-delà des difficultés, au bien de la collectivité. Ça c'est toute une leçon sociologique !

Sur ce, merci à la ferme, dans tout ce qu'elle est et avec tous les gens qu'elle implique, pour nous avoir aidé à grandir, encore un peu plus...

Annie et Emmanuel

À tous nos partenaires

Nous tenons à vous informer que, à cause de diverses circonstances, nous sommes en processus de réflexion en ce qui concerne le contenu des paniers pour les mois de janvier et février 2009. Nous vous informerons de nos décisions lors de la prochaine livraison.

Merci de votre compréhension.

L'équipe de la ferme Cadet Roussel



Commandité par :

Recette de la semaine

Pain de viande au chou kale

4 tasses de chou kale haché grossièrement, soit une grosse botte
1 livre de dindon ou poulet haché
1/2 lb porc haché maigre ou bœuf maigre
1/2 tasse ketchup
2/3 tasse substitut d'œuf liquide
1 gousse d'ail
1/2 tasse oignon, en dés
2 tasses flocons de son, écrasés
1 c. à thé sauce Worcestershire
1 c. à thé paprika
1 c. à thé poivre noir
Pincée de piments du Chili séchés (facultatif)

Saviez-vous que
l'on retrouve encore
du kale dans les
champs? Ici, il est
gelé mais il est à
son meilleur
l'automne.
Emmanuel, le
musicien de la
ferme, l'adore !



Directives: Préchauffer le four à 180°C (350°F). Placer le chou kale dans un bol à micro-ondes avec environ 1 cm d'eau. Cuire au four à micro-ondes à puissance maximale pendant deux minutes. Bien égoutter et hacher fin. Placer tous les ingrédients, y compris le chou kale, dans un grand bol et mélanger. Placer dans un moule à pain* et cuire pendant une heure et 10 minutes, ou jusqu'à ce que le thermomètre indique 170°C (325°F). 8 portions. www.fmcoeur.com

* Moule à pain de dimensions 20x10x6 cm (8X4X2½ po). Vous voudrez peut-être aussi diviser le mélange dans un moule à 12 muffins et les faire cuire pendant 40 minutes



*Vous cherchez une idée-cadeau
originale, locale et écologique pour Noël?*

*Monsieur
Papillon.com*

*Vous y trouverez des bijoux et des papillons !
Laissez-vous tenter ...*



IMPRIMÉ PAR : **Duplica**