



## Feuille de chou, 10e livraison Du 23 au 29 août 2009

Chères, chers partenaires,

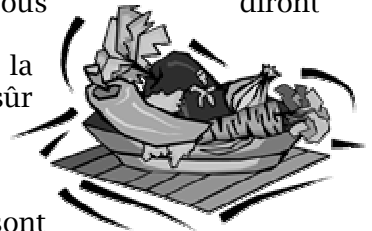
Tandis que je vais bientôt troquer le Mont Saint-Grégoire (251 mètres) pour le Mont Vallier (2 800 mètres), j'ai le grand plaisir de vous dire mes impressions de demi-année 2009 parmi vous.



Les légumes pour les partenaires, c'est ce qui est le plus valorisant pour un vieux fermier comme moi et sans vous, notre travail n'aurait pas de sens, il est loin le temps du producteur qui produisait pour produire même si encore plusieurs le font. Maintenant vous pouvez le voir et le sentir, l'agriculture nous concerne tous, la nourriture nous préoccupe à chaque instant, c'est notre survie.

Encore cette année, nous avons pu rencontrer aux points de chute, mais surtout à la ferme de nouveaux partenaires, c'est vraiment une joie de les voir découvrir la ferme et faire des paniers pour eux, avec eux; ce n'est pas facile d'adopter le système des paniers, mais il faut persévérer, les anciens vous diront qu'ils

ne peuvent plus s'en passer; ça met de la couleur dans NOS assiettes, car bien sûr nous mangeons les mêmes légumes que vous, tous les jours.



Beaucoup de stagiaires et de volontaires sont venus nous aider, c'est le rôle que la ferme se donne aussi, permettre à des jeunes d'apprendre l'agriculture en travaillant. Maintenant, l'équipe est plus réduite et ce serait en plein le temps pour vous de venir donner un coup de main, si le cœur vous en dit.

Je vous laisse à ma jeune équipe et je vous embrasse,  
Jean



Commandité par :

# La recette de la semaine

## Pizza à la courgette

- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 oignon épluché et haché
- 2 gousses d'ail épluchées, écrasées et hachées
- 1 piment de Jalapêno, épépiné et haché
- 1 courgette coupée en tranches de 5mm
- 2 c. à soupe de basilic de la ferme, frais haché
- 1 abaisse de pâte à pizza
- 1 tasse de sauce ratatouille
- 1  $\frac{1}{4}$  t. de mozzarella râpée
- 1 pincée de thym
- Sel & Poivre fraîchement moulu



### Préparation :

1. Préchauffer le four à 500 °F.
2. Faire chauffer l'huile dans une poêle, à feu moyen. Ajouter l'oignon et faire cuire 4 minutes.
3. Ajouter l'ail, le piment jalapeno, la courgette et les assaisonnements. Bien mélanger et faire cuire 6 minutes, à feu vif.
4. Etaler la sauce ratatouille sur la pâte à pizza. Couvrir du mélange à la courgette et garnir de fromage. Poivrer.
5. Faire cuire au four, 10 à 12 minutes.

Rendement: 1 pizza

RéF : <http://www.coupdepouce.com/>

