



Feuille de chou, 6e livraison Du 27 au 31 juillet 2009

Bonjour à tous,

Feuille de chou, feuille de chou, feuille de chou... C'est quoi ça une feuille de chou? Ce sont des nouvelles qui viennent des fermiers et qui vont aux partenaires. Donc, comme chaque semaine c'est une personne différente qui l'écrit, eh bien cette semaine c'est à mon tour. Qu'est-ce qu'on écrit? Ce que l'on veut y apporter; une touche de couleur!

Je suis une étudiante en horticulture qui vient combler 250 heures de stage. Qu'importe le secteur désiré. Je ne voulais pas travailler dans un centre de jardin, ni en entretien de maison. Donc, comme je viens de Montréal, je m'exile le temps d'un été à la campagne et je veux apprendre la biodynamie. Je termine mon stage à la fin du mois de juillet.

Jean - Grand fondateur qui a célébré ses 66 ans le 21 juillet dernier. Il travaille sur sa ferme depuis 40 ans et a accueilli près de 400 stagiaires venant de partout autour du monde. Il est retraité et vient aider 6 mois par année. Son départ est pour le 24 août. Pour Jean, ce qui est important, ce sont les vaches. D'ailleurs, il a écrit un article (dans Le Dynamo qui est le journal québécois de biodynamie) où il mentionne qu'une vache est plus pratique qu'un chien. Il se fait un plaisir d'y mentionner les raisons!



La ferme - Pourquoi Cadet-Roussel? Il n'est pas le cadet de la famille. Cadet-Roussel était un personnage de la Révolution française qui a vraiment existé et qui s'habillait bizarrement. C'est que son nom de famille est Roussel. Sa fille Anne nous prépare les repas et s'occupe aussi de ses enfants et son fils Jean-Charles est en charge des ventes et livraisons et des produits transformés. Monique est la secrétaire-comptable, Sandra est la responsable des paniers et des serres et Maude l'assistante de Sandra est notre artiste-peintre. L'horaire de la ferme commence de très bonne heure pour certains, mais le rassemblement est à 7h30 pour la réunion.

Saviez-vous qu'une ferme par jour ferme ses portes? Quelques fois, j'entends des jeunes qui veulent faire un retour aux sources en ayant une ferme. C'est beaucoup de travail et je leur dirais ceci; venez travailler avec nous une journée pour voir tout ce qu'il y a à faire.

Au plaisir de vous rencontrer et merci à vous qui nous encouragez en achetant local. Un bonjour attentionné à Madeleine qui nous lit en France,

Sarah Martineau

Quiche à la betterave et au fromage feta

2 betteraves jaunes et 2 betteraves rouges

Croûte :

¼ de t. de farine tout usage non blanchie

Une pincée de sel

½ t. de beurre non salé, froid coupé en cubes

2 c. à soupe d'eau glacée, environ

Garniture :

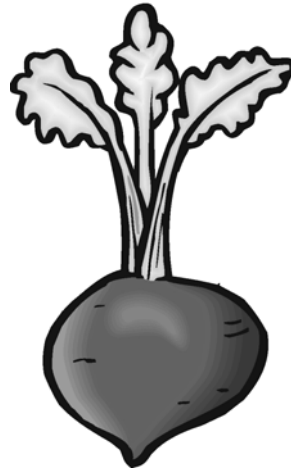
1 ¼ t. de fromage feta coupé en petits dés

1 ¼ t. de crème 15% ou de lait

2 œufs de la ferme légèrement battus

2 c. à soupe de ciboulette fraîche ciselée

Sel & poivre



- Préchauffer le four à 400 °C et placer la grille **au centre** du four.

- Cuire les betteraves au four, emballées dans du papier d'aluminium, environ 1h 15 ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Peler et couper en tranches de ½ cm.

-Préparer l'abaisse et la déposer dans un moule à quiche de 10 po à fond amovible. Réfrigérer 30 minutes.

-Mettre la grille dans le **bas** du four.

- Dans un bol, mélanger 1 t. de fromage feta, les œufs et la ciboulette. Saler & poivrer. Verser la préparation dans l'abaisse. Y étaler les betteraves en rosaces en alternant les couleurs. Parsemer du reste du fromage.

-Cuire au four environ 45 minutes. Laisser reposer environ 10 minutes avant de servir.

Réf : Ricardo, Du potager à la table,
Hors-Série, p.68

