



# Les Nouvelles de Tourne-Sol

## Tourne-Sol News

Septembre 2009

Quelle joie que d'avoir enfin un peu de soleil! C'est plate que ça tombe à la rentrée, mais on ne se plaindra pas...

Pour nous, le soleil est merveilleux. Il a permis à nos quelques melons de devenir sucrés. On espère que les patates sucrées profiteront du dernier mois et qu'elles seront abondantes pour le panier d'automne. Puis le beau temps a permis à nos tomates d'avoir quatre semaines de répit et de production. Les tomates par contre, ça achève. Nos plants ont fait amende honorable en résistant à la maladie pendant un dernier mois, mais ils sont maintenant décimés par le mildiou. Vous verrez peut-être quelques marques circulaires sur la peau de vos dernières tomates, qui sont moins belles, mais qui demeurent bonnes à manger.

Le Festival de l'ail, tenu au marché Ste-Anne le 22 août dernier a été un franc succès. Des 8 dernières années, ça a été le jour de marché avec la plus grande abondance de vendeurs et de clients.

Les journées raccourcissent, l'automne s'en vient et nous débutons la période des grandes récoltes automnales. Pour ceux qui se questionnent au sujet des commandes spéciales, sachez que les mauvais rendement de cette année nous obligent à réserver les patates et les oignons pour les paniers d'automne. La récolte des carottes et des courges n'est pas encore faite, mais s'annonce bonne. Il y aura donc peut-être possibilité de commander des sacs de carottes, de l'ail et des courges, nous vous contacterons lorsque nous serons en mesure d'évaluer les quantités disponibles.

## Paniers d'automne

Le format des paniers d'automne va changer un peu cette année. Vous recevrez la même quantité de légumes au total, mais vous n'aurez besoin de vous déplacer à la ferme que deux fois. En automne, il fait froid et la nuit tombe vite, de plus, plusieurs membres voyagent de loin pour venir chercher le panier d'automne, il nous a donc semblé avantageux de réduire le nombre de paniers à deux.

Ces deux paniers seront donc plus gros que par les années passées et à trois semaines d'intervalle, un à la fin octobre, un à la mi-novembre. Comme par le passé, le coût sera de 100\$, et le panier devra être ramassé à la ferme le jeudi soir ou le vendredi matin. Pour plus d'information, téléchargez le formulaire d'inscription au :

[http://www.fermetournesol.qc.ca/fra/paniers\\_hiv.html](http://www.fermetournesol.qc.ca/fra/paniers_hiv.html)

What a joy to finally have a little bit of sun. I think we deserved it! For us, the sun was wonderful, it allowed our melons to sweeten and we hope that our sweet potatoes will take advantage of this warm weather to finish sizing up for an abundant fall basket harvest. It also gave a little break to our poor tomato plants, and gave us 4 weeks of good tomato harvest. Tomatoes are however coming to an end. Our planting resisted the disease well for the last month, but it has now been invaded by late blight. You might see a few circular blemishes on your last tomatoes, the fruits are not as pretty, but are still good.

The garlic festival held at the Ste-Anne market on August 22nd was a real success. In 8 years we had never seen that many vendors and customers present on market day. It was great.

Days are getting shorter, fall is coming. With it also comes time for big bulk harvests. Those of you who are wondering if they will be able to put in a special fall vegetable order should know that our potato and onion yields were poor this year, and we will keep these crops for the fall baskets. We haven't harvested carrots and squash yet, but yields look promising. It may therefore be possible to order large quantities of carrots, squash and garlic. We will contact you again when we have a better idea of the quantities available.



---

# Fall Baskets

---

This year, the basket format will change. You will receive the same total amount of vegetables, but in two deliveries rather than three. In the fall, basket pickups are cold and dark, moreover, some members have to travel a long way to come pick up the basket at the farm. We therefore thought that reducing it to 2 deliveries would be a good idea.

These two baskets will be larger than in previous years, and will be given at a 3 week interval, one at the end of October, the other in mid-November. Like last year, cost will be 100\$, and basket will be picked up at the farm on Thursday night or Friday morning. For more information, download the registration form at:  
[http://www.fermetournesol.qc.ca/eng/winter\\_baskets.html](http://www.fermetournesol.qc.ca/eng/winter_baskets.html)



---

# Équiterre

---

To save on paper, we have asked Équiterre to stop sending us their Partenaire newsletter in paper copies. We suggest you go read it on the internet at the following address: <http://public.equiterre.org/Bulletin-LePartenaire-Aout09.pdf>

Every year, Équiterre also runs a survey about CSA basket customer satisfaction. This year they have decided to put it online to make it easier for you to answer the survey. They would appreciate very much if you took the time to fill it in at the following address: : [http://www.surveymonkey.com/s.aspx?sm=PGOQNen5hrTE\\_2fn2zOh4RaA\\_3d\\_3d](http://www.surveymonkey.com/s.aspx?sm=PGOQNen5hrTE_2fn2zOh4RaA_3d_3d)

Pour économiser le papier, nous avons demandé à Équiterre de cesser de nous envoyer leur bulletin Le Partenaire en copie papier, nous vous suggérons d'aller visiter le plus récent numéro au lien suivant : <http://public.equiterre.org/Bulletin-LePartenaire-Aout09.pdf>

Équiterre fait aussi à tous les ans un sondage sur la satisfaction des partenaires de fermes en ASC. Cette année, ils ont décidé de le mettre en ligne pour vous en faciliter l'accès. Ils apprécieraient beaucoup si vous preniez le temps d'y répondre à l'adresse : [http://www.surveymonkey.com/s.aspx?sm=PGOQNen5hrTE\\_2fn2zOh4RaA\\_3d\\_3d](http://www.surveymonkey.com/s.aspx?sm=PGOQNen5hrTE_2fn2zOh4RaA_3d_3d)

---

## Recette - Recipe

---

### *Aubergine à l'Indienne de Fred*

#### **Préparation**

Hacher oignons et ail et faire sauter dans une poêle avec un peu d'huile de tournesol à feu moyen.  
Couper les aubergines en rondelles de 2 cm d'épaisseur ou en quartier (dépendamment de la grosseur de l'aubergine)  
Couper les poivrons en languettes.  
Lorsque les oignons sont dorés, ajouter les rondelles d'aubergine et une quantité généreuse d'huile de tournesol.  
Couvrir et laisser cuire en remuant de temps à autre pendant 5-7 minutes.  
Ajouter les poivrons et la pâte de cari, bien mélanger et faire cuire à découvert pour 3-5 minutes supplémentaires.  
Évitez de cuire trop afin que les poivrons restent un peu croustillants et que les rondelles d'aubergines ne se décomposent pas trop.  
Servir chaud avec du riz

#### **Ingrédients**

1 grosse aubergine ou 2 petites  
1 oignon  
1 gousse d'ail  
1-2 poivrons  
Huile de tournesol ou d'olive  
1 c. à table de Pâte de cari (ou au goût)  
Sel, poivre

### Roasted Beet salad with Bacon

Modified from - <http://southernfood.about.com>

#### Ingredients:

- 3 to 4 medium beets, with greens and stems
- 1 tablespoon olive oil or Sunflower oil
- 3 to 4 slices bacon, cooked until crisp and drained
- 1/4 cup finely chopped red onion

#### Dressing

- 2 tablespoons red wine vinegar
- 2 tablespoons olive oil or sunflower oil
- 1/4 teaspoon sugar
- dash salt
- dash freshly ground black pepper

#### Preparation:

- Cut stems and greens from the beet roots.
- Chop the beet greens and stems and put in a colander; rinse thoroughly and set aside.
- Heat oven to 400°.
- Trim what's left of stem ends off beets and discard; trim root ends. Scrub beets well. Drizzle beets with 1 table-spoon olive oil and rub over the beets. Wrap each beet in foil, leaving just a little opening at the top of each pack-age for steam to escape.
- Place wrapped beets on a baking sheet and bake for about 1 hour, until beets are very tender.
- When beets are cool enough to handle, rub skin off and cut into 1/2-inch pieces.
- **Greens**
  - Steam greens over simmering water or in microwave until just wilted; arrange on a serving dish. Top greens and stems with the diced beets, then sprinkle with chopped red onion and bacon.
- **Dressing**
  - In a small cup or bowl, whisk the red wine vinegar with 2 tablespoons olive oil, sugar, and salt and pep-per. Drizzle the dressing over the salad.

### Gratin d'aubergine

Modifié de <http://www.recettesdecuisine.tv>

- 4 petite aubergines ou 2 grosses
- 1 oignon,
- 1 gousse d'ail
- 150 g de restes de viande (optionnel),
- 5 branches de persil,
- 40 g de beurre,
- 2 cuillères à soupe de concentré de tomate
- 1 décilitre d'huile d'olive ou de tournesol
- chapelure,
- sel, poivre



- Couper les aubergines en rondelles et les faire dégorgier.
- Pendant ce temps, éplucher et hacher l'oignon et l'ail. Hacher les restes de viande et le persil.
- Faire fondre 30 g de beurre dans une poêle, y mettre à revenir l'oignon et l'ail.
- Quand ils sont dorés, ajouter la viande hachée et le persil, mélanger.
- Verser le concentré de tomate et mélanger encore, saler, poivrer et cuire de 5 à 7 min.
- Chauffer l'huile dans une grande poêle et y faire sauter les aubergines pendant 10 min environ, les saler et les poivrer. Les égoutter sur un papier absorbant.
- Préchauffer le four à 220 °C.
- Beurrer un plat à gratin, mettre au fond une couche d'aubergines, puis une couche de farce et ainsi de suite. Terminer par des aubergines.
- Parsemer de chapelure, faire fondre le reste de beurre et en arroser le tout.
- Enfourner pendant 30 min.