



D-Trois-Pierres

Agriculture biologique
Organic agriculture

www.d3pierres.com

Mémo aux partenaires ASC Semaine du 31 mai au 6 juin 2010 Panier extra

CONTENU DE VOTRE PANIER CETTE SEMAINE PAR FORMAT

Petit et Double : Asperge, laitue, plant de basilic, rhubarbe, topinambour.

Gros : Asperge, laitue, plant de basilic, rhubarbe, topinambour.

Le contenu du panier peut différer de ce qui est mentionné. Nous vous assurons que tous les paniers de même format sont identiques quant à leur contenu.

Note importante : Pour les heures et les lieux de livraisons pour chaque point de chute ainsi que les modalités de récupération de votre panier, veuillez consulter le mémo intitulé «Mémo pré-saison».

MOT DE LA FERME

Nous vous remercions de la confiance que vous nous témoignez en adhérant pour la première fois ou année après année à la formule de l'agriculture soutenue par la communauté (ASC) des fermes D-Trois-Pierres. Le panier pré-saison 2010 est enfin arrivé et vous permettra de vous mettre l'eau à la bouche en attendant la saison officielle qui débutera à la semaine du **21 au 27 juin 2010**. Nous sommes particulièrement fiers de notre bonne et abondante récolte d'asperges !

À chaque semaine, un mémo comme celui-ci sera disponible pour consultation sur notre site internet vers 14h00 le jour de la livraison. Il contient de l'information importante de la part de votre fermier de famille; je vous conseille donc de le lire attentivement pour être à l'affût de tout changement, événement ou annonce qui pourrait survenir.

LEGUME VEDETTE : LE TOPINAMBOUR



Vous trouverez des fiches techniques de chacun des légumes sur notre site internet avec une photo pour vous aider à identifier les moins connus ! Le topinambour est un tubercule dont la plante est de la même famille que le tournesol. Chaque semaine, un légume vedette vous sera présenté plus en détail. Il porte aussi le nom d'artichaut de Jérusalem. C'est une plante vivace très rustique, résistante au froid et qui peut devenir envahissante à cause de ses rhizomes tubérisés. Elle peut atteindre jusqu'à 2,5 m de haut avec de fortes tiges, très robustes (Wikipedia). Les tubercules se consomment cuits de diverses manières : en salade, chauds en accompagnement, frits, en purée, sautés au beurre, etc. On peut aussi les consommer crus, râpés ou coupés en lamelle, comme crudité avec une trempette. Voir en page 61 du livre de recette pour vous inspirer.

TRUCS ET ASTUCES

Soin à apporter à votre plant de basilic : Le plant de basilic est en dans un pot de 4 pouces qui sera rapidement trop petit pour la taille du plant. Il faudra l'empoter en pleine terre si vous avez un jardin, dans une jardinière ou un pot plus grand si vous le mettez sur le balcon. Idéalement, utiliser un terreau enrichi de compost pour qu'il ait tous les nutriments nécessaires durant l'été. Pour stimuler la croissance latérale du plant, n'hésitez pas à couper les têtes des branches latérales au fur et à mesure que de nouvelles têtes apparaissent. Le basilic a besoin de beaucoup d'ensoleillement et de chaleur et il faut éviter de trop l'arroser. Il est adapté au climat méditerranéen !

RECETTES, VALEURS NUTRITIVES, CONSERVATION ET TRUCS CULINAIRES

Ces informations ne seront pas toujours fournies dans les mémos, nous vous invitons à visiter les sites internet suivants qui pourront vous donner les informations pertinentes :

<http://www.passeportsanté.com>

<http://www.legumesduquebec.com>

Notre recueil de recette 2006 est disponible en format PDF sur le site internet. Nous éditerons bientôt notre site web pour vous donner accès directement à une banque de recettes par légumes à partir de notre site internet.

POUR NOUS JOINDRE

Diane Ouellet, Service à la clientèle, D-Trois-Pierres (514) 648-8805 poste 3105, paniersbio@d3pierres.com