

Info Pousse-Pouce

Volume 1, numéro 1
Édition du 15 juillet 2013



Vous voulez tout savoir à propos du projet Pousse-Pouce? Vous êtes au bon endroit! Bonne lecture!



Paniers

Les parents abonnés aux paniers de produits frais ont déjà reçu deux paniers, et le troisième ne saurait tarder! Livrés directement par les Jardins du Pied à Terre à la garderie, ces paniers contiennent des produits certifiés bios.

Activités et ateliers

Trois garderies s'impliquent dans le projet Pousse-Pouce. Toutes garderies confondues, ce sont 13 groupes qui participent au projet : en ne tenant pas compte des vacances, cela correspond à un total de 110 enfants, auquel s'ajoutent 10 poupons.



Voici les activités auxquelles vos enfants ont peut-être participé au cours des deux dernières semaines.

- La danse des semences :** En étant de petites graines, vos enfants ont dansé les étapes de croissance des semences.
- Les semences en folie :** Vos enfants ont aidé deux agriculteurs dont les semences étaient mélangées.
- Jeu de mémoire sur les cultures et les plantes :** Vos enfants ont associé les images de différentes cultures et plantes.
- La souris verte (activité culinaire) :** Très friande de grains, la souris verte a peut-être été vue dans l'assiette de vos enfants!
- La danse du fermier :** Vos enfants ont dansé divers mouvements faits par les fermiers.
- Les poules, le renard et l'aviculteur :** Jeu de tague, cette activité a permis à vos enfants de comprendre le métier d'aviculteur.
- Le miroir des métiers :** Vos enfants ont appris plusieurs métiers du secteur bioalimentaire en imitant un geste qui leur était associé.
- Le fermier et sa trempette (activité culinaire) :** Présentation originale de légumes, le fermier et sa trempette ont peut-être été dégustés par vos enfants!

L'agroalimentaire dans votre écran et via le web

La **Semaine Verte**, sur Radio-Canada, samedi 17 h, en rediffusion le dimanche à 12 h 30. Apprenez-en plus sur le secteur agroalimentaire. Aussi en ligne au www.radio-canada.ca/emissions/la_semaine_verte.

Visitez le site de **Recettes du Québec** au www.recettes.qc.ca pour avoir en main une foule de recettes simples et délicieuses!

Ça va brasser!, sur Vtélé, samedi 18 h. Découvrez-en plus sur la bière et les microbrasseries. Aussi en ligne au vtele.ca/emissions/ca-va-brasser.

Visitez le site d'**Aliments du Québec** au www.alimentsduquebec.com pour connaître et reconnaître les produits agroalimentaires québécois.

Idée recette

Tournedos de porc au pepperoni maison et compote de groseille et poire*



Ingrédients

- 1 unité de filet de porc (300 g)
- 6 tranches de pepperoni, épaisseur moyenne
- 15 ml d'huile végétale
- 15 ml de beurre fermier
- Sel et poivre

Compote

- 15 ml de beurre fermier
- 30 ml de fenouil haché
- 200 ml de groseilles
- 1 unité de poire coupée en petits dés
- 100 ml de sirop d'érable
- ½ unité de jus de lime

Étapes de réalisation

1. Couper le filet de porc en douze rondelles égales.
2. Couper les tranches de pepperoni en deux.
3. Enrober chaque rondelle de porc avec le pepperoni.
4. Piquer en place à l'aide d'un cure-dent.
5. Dans un poêlon, saisir les tournedos des deux côtés. Assaisonner au goût.
6. Une fois bien saisis, retirer du feu et couvrir afin que la cuisson se poursuive lentement.
7. Dans un chaudron, fondre le beurre et y ajouter le fenouil.
8. Ajouter les groseilles, la poire et le jus de lime.
9. Faire revenir délicatement sans briser les fruits.
10. Verser le sirop d'érable et faire mijoter très lentement (de 10 à 15 minutes).
11. Déposer une petite quantité de compote au centre de l'assiette et y disposer trois tournedos.

Et pourquoi ne pas essayer cette recette sur le BBQ? Pour d'autres idées recettes, consultez le www.taca.qc.ca/category/recettes/.

*Recette tirée du : taca.qc.ca/tournedos-porc-pepperoni-compote-groseille-poire/.



Calendrier saisonnier d'achat local

En juillet, lors de vos emplettes, surveillez les fruits et légumes du Québec suivants :

Fraises et framboises
Pommes
Bettes à carde
Betteraves

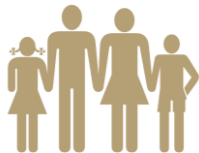
Brocoli
Carottes en feuilles
Céleris
Champignons

Concombres
Épinards
Haricots verts et jaunes
Laitues

Oignons verts
Maïs en épis
Poivrons
Tomates variées

N. B. : Cette liste n'est pas exhaustive. Les arrivages sont tributaires de votre marché d'alimentation et de l'avancement de la saison.

Sorties gourmandes



Connaissez-vous les ARRÊTS gourmands de la Chaudière-Appalaches? Ces entreprises vous offrent une expérience unique d'approvisionnement et de consommation. Visitez le www.arretsgourmands.com pour planifier vos sorties gourmandes! En passant, Lévis compte 16 ARRÊTS gourmands.

Pour faire du pouce... sur le secteur bioalimentaire de la région

Saviez-vous que la Chaudière-Appalaches occupe le deuxième rang provincial pour l'importance de son secteur bioalimentaire? Concrètement, cela correspond à 5400 entreprises agricoles et à quelque 160 entreprises en transformation alimentaire. Dans la région de la Chaudière-Appalaches, ce sont plus de 30 000 emplois qui sont directement liés au secteur bioalimentaire. Cela constitue 15 % des emplois disponibles dans la région.

Envie d'en savoir plus? Consultez le www.taca.qc.ca/bioalimentaire/description/.