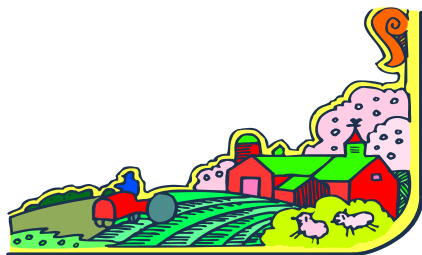




### Cette semaine au Marché :

BO Bleuets  
Café Rico (café bio équitable)  
Fleur de Sel (plats cuisinés)  
Girolois Inc. (agneaux)  
La Fromagerie des Cantons  
Le P'tit Cochon Rond  
Le Roi de la Fraise (maraîcher)  
Les Délices Campagnards (veau de grain et bouillon)  
Les Fours du Roy (boulangerie)  
Les Marinades de Mamie Réjeanne  
Les Miels de La Ruche  
Les Petits fruits BIO (bleuets bio)  
Les Vergers de la Colline  
Pascal Laplante (maraîcher)  
Rusé comme un canard (oie et canard)  
Vignoble les Artisans du terroir  
Volailles Aux Grains Dorés



## Le journal du Marché

Vol 5 no 5

Afin de vous faire découvrir d'autres trésors du Marché, cette semaine je vous propose la recette de « **Côtelettes de porc à la Rose** » qui nous vient des Vergers de la Collines, situé à Ste-Cécile de Milton.

**Portions :** 4    **Préparation :** 15 minutes    **Marinade :** 24 heures

### Il vous faut :

6 côtelettes de porc ( $\frac{3}{4}$  de pouces d'épaisseur)  
4 gousses d'ail hachées  
2 oignons rouges coupés en lamelles  
2 feuilles de laurier  
125 ml (1/2 tasse) de sirop d'érable  
25 ml de moutarde de Dijon  
25 ml d'herbes salées du Bas du fleuve  
250 ml (1 tasse) de **cidre rosé « Rose » des Vergers de la Colline**  
Poivre au goût



### **Préparation :**

Mettre le tout dans un grand sac de congélation, mélanger et laisser mariner au moins 24 heures.

Faire rôtir les côtelettes sur le B.B.Q. en badigeonnant avec le restant de la marinade.

**Suggestion d'accompagnements :** Accompagnées les côtelettes d'une salade citronnée. Vous pouvez aussi mélanger le reste de la bouteille de cidre avec un jus de votre choix et des petits fruits en dés pour en faire une sangria québécoise. (Source: [www.lesvergersdelacolline.com](http://www.lesvergersdelacolline.com))



LE SOURIRE DE LA SEMAINE

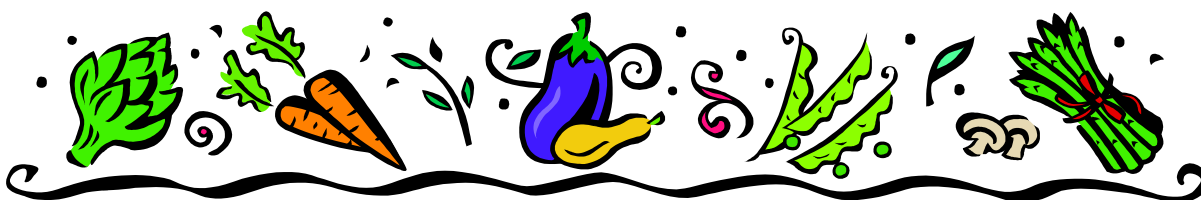
Qu'est-ce qui est rose et qui ne sent pas la rose?

Le cochon!



L'équipe des bénévoles de la Croix-Rouge de notre région.

Le 7 juillet 2012, la Croix-Rouge canadienne, section Haute-Yamaska et Brome-Missisquoi était sur place afin de rencontrer les locavores au Marché. M. Marcel Whissell président, qui est bénévoles comme le reste de son équipe, ont donnés de bons conseils en cas de sinistres et ramassés des dons. Tous les dons recueillis servent à aider les victimes de sinistres dans notre région.



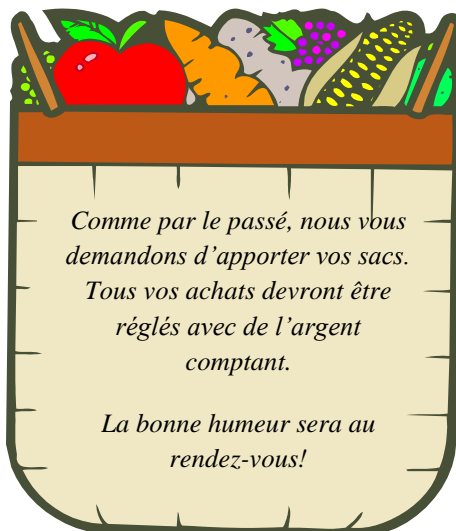
Mme Pauline et toute l'équipe recherchent des **bénévoles** pour le samedi matin. Que ce soit que quelques heures ou plusieurs samedis, votre aide serait très appréciée. Les tâches sont diverses : arriver vers 7 heures pour aider les marchands à s'installer, aider à placer les kiosques et autres tâches connexes.

Durant la journée, répondre aux questions des gens, les diriger vers les exposants demandés, voir au bon déroulement de la journée, etc...

En fin de journée, vers 14h30, donner un coup de pouce aux marchands pour ramasser leurs effets, nettoyer la rue afin que rien ne traîne, etc...

Elles doivent aimer le contact avec le public et être débrouillardes.

Pour plus d'informations contactez-nous au 450-361-6076, laissez vos coordonnées dans la boîte vocale.





## Les Vedettes de la Semaine:

Volailles Aux Grains Dorés: Saucisses de dindon à déjeuner

Rusé comme un canard: Surprise!

Les Petits fruits BIO : Les bleuets bios!

Marinades Mamie Réjeanne: Barbe à papa à l'érable

Les Vergers de la Colline: Le cidre rosé « Rose »

Café Rico: Café mont Royal (Java noir)

Les Artisans du terroir: Confiture aux poivrons rouges

Le P'tit cochon rond: Porc haché

Pascal Laplante Maraîcher: Blé d'Inde sucré

Fleur de Sel: Surprise!

Le Roi de la Fraise: Le maïs sucré

Les Miels de la Ruche: Miel crémeux

Les Délices Campagnards: Smoked meat de veau

Fromagerie des Cantons: Surprise!

Girolois: Tranches de gigot d'agneau

Les Fours du Roy: Le pain aux raisins

Bo Bleuets : Les bleuets