



V'là l'bon goût!

www.lesfraichesduquebec.com

Infolettre n° 11 – 18 août 2009

Dame Nature fait enfin sa part?

ACTUALITÉ

Semaine des marchés publics du Québec du 22 au 30 août 2009

Du 22 au 30 août 2009 aura lieu l'évènement « Semaine des marchés publics du Québec » à travers la province. Au menu : dégustations et recettes! Profitez-en pour faire de belles découvertes et savourer des produits frais du Québec. N'oubliez pas de compléter vos emplettes en vous procurant des fraises et des framboises d'automne du Québec!

Pour connaître tous les détails de la programmation ou pour connaître le marché public le plus près de chez vous :

<http://www.ampq.ca/pages/semaine.html>

SAVIEZ-VOUS QUE...

Contrairement à la croyance populaire, la fraise n'est pas un fruit comme tel. Il s'agit plutôt d'une fleur. En effet, une partie de la fleur, appelée réceptacle floral, enfle et les graines de la fraise, les akènes, s'y déposent. Ces graines sont essentielles au développement de la fraise car elles sécrètent des hormones végétales qui font gonfler le réceptacle floral, ce qui permet à la fraise de se développer. Donc la fraise est en fait le centre de la fleur et le fruit, les graines de la fraise!

SPÉCIAUX CIRCULAIRES — Semaine du 6 au 12 août

IGA	170 g	2/5 \$	Framboises du Québec
PROVIGO/ LOBLAWS	250 ml	1,99 \$	Framboises du Québec
	454 g	2/5 \$	Fraises du Québec
SUPER C	250 ml	2 \$	Framboises du Québec ou des États-Unis
	1 lb	2 \$	Fraises du Québec ou des États-Unis
Jardins Val-Mont	1,5 litre	2,99 \$	Fraises du Québec (valable pour la succursale de Repentigny seulement)

Promotion



Épargnez 0,75 \$ sur les « Fraîches du Québec » à l'achat d'un produit Danone participant, sur présentation d'un coupon-rabais. Offre valide du 29 juin au 30 août chez les marchands participants des bannières Metro et IGA. Pour plus d'informations : www.danone.ca/fr/promo

LA RECETTE DE LA SEMAINE

CAPPUCCINO DE FRAISES D'AUTOMNE



Préparation : 55 minutes

Cuisson : NON

Portions : 6

Source : www.recettes.qc.ca

INGRÉDIENTS :

- 10 casseaux de fraises d'automne du Québec
- 70 ml de vin blanc sec
- ½ bouteille de bière Boréale rousse
- 1 tasse de sucre à glacer
- 1 litre de crème 35 %
- Poudre de cacao
- ½ botte de menthe fraîche

PRÉPARATION :

1. Laver et équeuter les fraises.
2. Dans un mélangeur, déposer les fraises, le sucre à glacer, la bière et le vin blanc. Mélanger à moyenne intensité pendant 3 minutes.
3. Remplir 6 tasses à café au ¾, avec ce mélange.
4. Fouetter la crème 35 % avec un peu de sucre à glacer et, à l'aide d'une poche à décorer avec une douille, remplir le reste des tasses (¼) de cette crème fouettée.

PRÉSENTATION :

Pour la finition, saupoudrer de poudre de cacao et décorer d'une feuille de menthe fraîche et de quartiers de fraise fraîches.