



Week 3

Farm News:

We are at the crossroads this week of spring greens and the first of the summer vegetables. The spinach didn't like the hot weather at the start of last week and is starting to flower (spinach doesn't grow well in hot weather), but we will start harvesting summer squash, zucchini and new potatoes in about a week. While some of the greens are dropping off this week, we are looking forward to getting the first of the summer vegetables in a week or two. The strawberry season is almost over, but we should have them for one more week.

This Week's Share (probably):

Garlic Scapes
Strawberries
Swiss chard or kale
Lettuce
Radish
Eggs

Vegetable of the Week:

Garlic Scapes

Garlic scapes are the green stalk and flower bud of garlic plants. We cut the scapes off in June before the flower opens to encourage the plants to put their energy into forming an amazing garlic bulb. Scapes are a bit like chives or scallions, but with a mild garlicky flavor. You can use scapes as a garlic substitute in recipes. They are very versatile and can be sautéed, grilled, pickled, made into scape hummus or scape pesto or just use them as seasoning in your favorite recipe. Garlic scapes will store well in your fridge (a couple of weeks). The end of the scape can get a little tough, so make sure you trim the end off before using.

Recipes of the week:

Greens sautéed with bacon, scapes & lemon

Ingredients:

2 slices of bacon, diced
½ pound greens (kale, chard, spinach, etc.), coarsely chopped
2-3 garlic scapes, chopped
¼ tsp chili flakes (optional)
Juice of ½ lemon
Salt and pepper to taste

Directions:

1. Heat a large skillet. Add bacon and cook until bacon begins to brown. Drain off excess fat.
2. To the bacon pan, add the scapes and chili flakes, and then the kale. Cook for 3 minutes, or until kale is wilted and tender.
3. Season to taste with salt and pepper. Squeeze lemon on top just before serving.

Garlic scape-basil pesto

(You can also adjust this recipe to replace the basil with kale OR skip the leaves and just use scapes!)

Ingredients:

¼ cup garlic scapes, chopped
¼ cup fresh basil
4 Tbs fresh lemon
½ cup olive oil
1 cup grated parmesan cheese
Salt to taste

Directions:

1. Put garlic scapes, basil and lemon juice in bowl of food processor with steel blade, and process until scapes are very finely chopped.
2. With food processor running, add oil through the feed tube and process 2-3 minutes.
3. Remove lid and add half of the parmesan cheese and process 2 minutes, then add the rest of the cheese and salt and process 2-3 minutes more.

Serve with pasta, as a spread for crostini or as a condiment for grilled meat or fish.



Semana 3

Noticias de la granja:

Estamos en la encrucijada esta semana de verdes de primavera y la primera de las verduras de verano. A las espinacas no les gustó el clima caluroso al comienzo de la semana pasada y está empezando a florecer (la espinaca no crece bien en clima caliente), pero comenzaremos a cosechar calabacín de verano, calabacín y patatas nuevas en aproximadamente una semana.

Mientras que algunos de los greens están cayendo esta semana, estamos mirando adelante a conseguir el primer de las verduras del verano en una semana o dos. La temporada de fresas está casi terminada, pero debemos tenerlas una semana más.

La parte de esta semana (probablemente):

Ajo Scapes

Fresas

Acelga o col rizada

Lechuga

Rábano

Huevos

Vegetal de la semana:

Ajo Scapes

Ajo scapes son el tallo verde y el brote de flores de plantas de ajo. Cortamos el scapes apagado en junio antes de que la flor se abra para animar a las plantas para poner su energía en formar un bulbo asombroso del ajo. Scapes son un poco como cebollinos o cebolletas, pero con un sabor ajo ligero. Puede utilizar scapes como un sustituto de ajo en recetas. Son muy versátiles y pueden ser salteados, asados a la parrilla, escabechados, hechos en humus de scape o scape pesto o simplemente usarlos como condimento en su receta favorita. Los scapes del ajo almacenarán bien en su refrigerador (un par de semanas). El final de la scape puede ser un poco difícil, así que asegúrese de recortar el final antes de usar.

Recetas de la semana:

Verduras salteadas con tocino, limón y limón

Ingredientes:

2 rodajas de tocino, cortadas en cubitos

½ libra de verduras (col rizada, acelgas, espinacas, etc.), picadas en grano

2-3 escamas de ajo picadas

¼ cucharadita de chile en copos (opcional)

Jugo de ½ limón

Sal y pimienta para probar

Direcciones:

1. Caliente una sartén grande. Agregue el tocino y cocine hasta que el tocino empiece a dorarse. Drene el exceso de grasa.

2. A la sartén del tocino, añada los scapes y las chispas del chile, y entonces la col rizada. Cocine durante 3 minutos, o hasta que la col rizada esté marchita y tierna.

3. Sazone al gusto con sal y pimienta. Apriete el limón en la parte superior justo antes de servir.

Pesto de albahaca y albahaca

(También puede ajustar esta receta para reemplazar la albahaca con col rizada o saltear las hojas y sólo utilizar scapes!)

Ingredientes:

¼ taza de ajo scapes, picado

¼ de taza de albahaca fresca

4 cucharadas de limón fresco

½ taza de aceite de oliva

1 taza de queso parmesano rallado

Sal al gusto

Direcciones:

1. Ponga los ajo scapes, el albahaca y el jugo de limón en el tazón de fuente del procesador de alimento con la lámina de acero, y procese hasta que los scapes se corten muy finamente.

2. Con el procesador de alimentos funcionando, agregue aceite a través del tubo de alimentación y procese 2-3 minutos.

3. Retire la tapa y agregue la mitad del queso parmesano y procese 2 minutos, luego agregue el resto del queso y sal y procese 2-3 minutos más.

Servir con pasta, como una propagación para crostini o como un condimento para carne o pescado a la parrilla.



Semana 3

Farm News:

Estamos na encruzilhada nesta semana de primavera e O primeiro dos vegetais de verão. O espinafre não Como o clima quente no início da semana passada e é Começando a florescer (o espinafre não cresce bem em calor Tempo), mas vamos começar a colher a abóbora de verão, Abobrinha e batatas novas em cerca de uma semana. Enquanto alguns dos verdes estão caindo esta semana, estamos olhando

Para obter o primeiro dos vegetais de verão em um Semana ou duas. A temporada de morangos está quase acabada, mas Devemos tê-los por mais uma semana.

Share This Week (provavelmente):

Scapes de alho

Morangos

Acelga ou couve suíça

Alface

Rabanete

Ovos

Vegetal da Semana:

Scapes de alho

Os pedaços de alho são a haste verde e o broto de alho Plantas. Nós cortamos as escamas em junho antes da flor Abre para incentivar as plantas a colocar sua energia em Formando uma incrível bulbo de alho. Scapes são um pouco como Cebolinha ou cebolinha, mas com um sabor suave e chique. Você Pode usar scapes como um substituto de alho em receitas. Eles são Muito versátil e pode ser salteado, grelhado, em conserva, feito Em hummus ou scape pesto ou apenas use-os como Tempero na sua receita favorita. O cenário do alho será Armazene bem na sua geladeira (algumas semanas). O fim de O cenário pode ficar um pouco difícil, então certifique-se de cortar O fim antes de usar.

Receitas da semana:

Verdes salteados com bacon, scapes e limão

Ingredientes:

2 fatias de bacon, cortadas em cubos

½ libra de erva (couve, acelga, espinafre, etc.),

grosseiramente

picado

2-3 pêlos de alho picados

¼ colher de chá de flocos de pimenta (opcional)

Suco de ½ limão

Sal e pimenta a gosto

Instruções:

1. Aqueça uma frigideira grande. Adicione o bacon e cozinhe até que o bacon comece a dourar. tira fora o excesso de gordura.
2. Na bandeja de bacon, adicione os scapes e os flocos de pimenta, e então a couve. Cozinhe por 3 minutos, ou até que a couve seja bem macia .
3. Tempere a gosto com sal e pimenta. Esprema limão em cima apenas antes de servir.

Pesto scape-manjericão de alho

(Você também pode ajustar esta receita para substituir o manjericão com couve OU pular as folhas e apenas usar scapes!)

Ingredientes:

¼ xícara de pedaços de alho, picados

¼ xícara de manjericão fresco

4 toneladas de limão fresco

½ xícara de azeite

1 xícara de queijo parmesão ralado

Sal a gosto

Instruções:

1. Coloque cachos de alho, manjericão e suco de limão na tigela de processador de alimentos com lâmina de aço e processe até que os pedaços sejam muito picados.
2. Com o processador de alimentos em funcionamento, adicione óleo através do tubo de alimentação e processe 2-3 minutos.
3. Retire a tampa e adicione metade do queijo parmesão e processe 2 minutos, depois adicione o resto do queijo e sal e processe 2-3 minutos mais.

Sirva com macarrão, como espalhamento para crostini ou como condimento para carne ou peixe grelhado.