



Week 9

Farm News:

Because of the wet, cooler spring and cool weather sprinkled in our summer, some veggies are taking longer than expected to ripen. Tomatoes are definitely one of those veggies. We should be swimming in tomatoes right now, and while we have a lot of green tomatoes, they are taking their time in ripening. We will have tomatoes this week, but hopefully we will be in peak tomato season in 1 or 2 weeks (depending on the weather). The melons and watermelons also will be a week late this year. They are coming along nicely, but they ripen more quickly with hot sunny days. At the same time, the soil is a bit dry and we could actually use a little rain. We need rain at night and sunny days, and then the farmers and crops will be happy ☺.

This Week's Share (probably):

Leeks
Tomatoes
New Potatoes
Summer Squash/Zucchini
Eggplant
Green Peppers
Swiss chard
Pea Greens

Vegetable of the Week:

Leeks

Leeks are in the onion family and are prized for their mellow, sweet flavor. The pale colored base of the leek is the most delicate and is what most people use for cooking. The dark green upper parts are full of flavor, but fibrous and either need to be cooked longer to tenderize or used to make soup stock. Because leeks produce a long cylinder of bundled leaf sheaths, rather than a tight bulb like an onion, dirt often gets into the leek. The easiest way to clean leeks is to cut them in half lengthwise and rinse out any dirt. Leeks can be used in place of

onions in recipes and they are great for sautéing, grilling, and roasting.

Recipe of the week:

Buttered leeks

(from The Farmer's Kitchen: the ultimate guide to enjoying your CSA and farmers' market foods)

Ingredients:

3 large leeks
2 Tbs butter
½ Tsp salt

Preparation:

1. Trim the leeks: cut off the dark green tops and set aside for another use. Cut the leeks in half lengthwise, and rinse to get any dirt out.
2. Cut into ½-inch slices
3. Heat a large skillet over medium heat. Add the butter and let it melt. Then add the leeks and salt. Cook, stirring occasionally, until the leeks are soft, about 15 minutes.



Semana 9

Noticias de la granja:

Debido a la primavera húmeda, más fresca y el clima fresco rociado en nuestro verano, algunas verduras están tomando más de lo esperado para madurar. Los tomates son definitivamente uno de esos vegetales. Debemos nadar en tomates ahora, y mientras tenemos muchos tomates verdes, están tomando su tiempo en la maduración. Tendremos tomates esta semana, pero espero que estaremos en temporada de tomate pico en 1 o 2 semanas (dependiendo del clima). Los melones y las sandías también serán una semana a finales de este año. Vienen muy bien, pero maduran más rápidamente con los días calurosos y soleados. Al mismo tiempo, el suelo está un poco seco y podríamos usar un poco de lluvia. Necesitamos lluvia en la noche y días soleados, y luego los agricultores y las cosechas estarán felices.

La parte de esta semana (probablemente):

Puerros
Tomates
Papas nuevas
Calabaza de verano / Calabacín
Berenjena
Pimientos verdes
Acelga
Guisantes verdes

Vegetal de la semana:

Puerros

Los puerros son de la familia de la cebolla y son apreciados por su sabor suave y dulce. La base de color pálido del puerro es la más delicada y es lo que la mayoría de la gente utiliza para cocinar. Las partes superiores de color verde oscuro están llenas de sabor, pero son fibrosas y necesitan ser cocinadas durante más tiempo para ablandar o para hacer caldo de sopa. Debido a que los puerros producen un cilindro largo de vainas de hojas empaquetadas, en lugar de una bombilla apretada como una cebolla, la suciedad a menudo se mete en

el puerro. La manera más fácil de limpiar puerros es cortarlos por la mitad longitudinalmente y aclarar cualquier suciedad. Los puerros se pueden utilizar en lugar de las cebollas en las recetas y son ideales para saltear, asar y asar.

Receta de la semana:

Puerros con mantequilla

(De la cocina del granjero: la última guía para disfrutar de su CSA y los alimentos del mercado de los agricultores)

Ingredientes:

3 puerros grandes

2 cucharadas de mantequilla

½ Tsp de sal

Preparación:

Cortar los puerros: cortar las tapas de color verde oscuro y dejar a un lado para otro uso. Cortar los puerros por la mitad en sentido longitudinal, y enjuague para eliminar la suciedad.

Cortar en rebanadas de ½ pulgada

Caliente una sartén grande a fuego medio. Añadir la mantequilla y dejar que se derrita. A continuación, agregue los puerros y la sal. Cocine, revolviendo de vez en cuando, hasta que los puerros estén suaves, unos 15 minutos.



Semana 9

Farm News:

Por causa da primavera molhada, mais fria e do clima frio polvilhado em nosso verão, alguns vegetais estão demorando mais do que o esperado para amadurecer. Os tomates são definitivamente um desses vegetais. Nós devíamos estar nadando em tomates agora, e enquanto isso temos muitos tomates verdes, eles estão tomando seu tempo na maturação. Teremos tomates esta semana, mas espero que estejamos no pico de temporada de tomate em 1 ou 2 semanas (dependendo do clima). Os melões e as melancias também serão uma semana no final deste ano. Eles estão vindo muito bem, mas eles amadurecem mais rapidamente com dias de sol quente. Ao mesmo tempo, o solo está um pouco seco e, na verdade, podemos usar um pouco de chuva. Precisamos de chuva à noite e dias de sol, e então os agricultores e as culturas serão felizes.

O compartilhamento dessa semana (provavelmente):

Alho-poró
Tomates
Batatas novas
Abóbora / abobrinha de verão
Berinjela
Pimentão verde
acelga
Verduras de ervilha

Vegetal da Semana:

Alho-poro
Os alho-poró estão na família da cebola e são apreciados por seu sabor suave e doce. A base colorida pálida do alho-poró é a mais delicada e é o que a maioria das pessoas usa para cozinhar. As partes superiores verdes escuras estão cheias de sabor, mas são fibrosas e precisam ser cozidas por mais tempo para se amolar ou usar para fazer o estoque de sopa. Como os albríos produzem um longo cilindro de bainhas de folhas empilhadas, em

vez de uma lâmpada apertada como uma cebola, a sujeira geralmente entra no alho-poró. A maneira mais fácil de limpar alho-poró é cortá-los pela metade longitudinalmente e enxaguar qualquer sujeira. Os alhos franceses podem ser utilizados no lugar das cebolas nas receitas e são excelentes para saltar, grelhar e assar.

Receita da semana:

Alho-poró amanteigado

(Da The Farmer's Kitchen: o guia final para aproveitar o seu CSA e os alimentos do mercado dos agricultores)

Ingredientes:

3 grandes alho-poró

2 colheres de sopa de manteiga

½ sal de Tsp

Preparação:

Corte os alho-poró: corte os topos verdes escuros e reserve para outro uso. Corte os alho-poró ao meio longitudinalmente e enxágue para remover a sujeira. Corte em fatias de ½ polegada. Aqueça uma frigideira grande em fogo médio. Adicione a manteiga e deixe-a derreter. Em seguida, adicione o alho-poró e o sal. Cozinhe, mexendo de vez em quando, até que os alhos franceses estejam macios, cerca de 15 minutos.