



**Wishing you a happy and healthy New Year!**



### Join our team!

Are you looking to try something new or meet new people? Do you have some free time on Mondays or Wednesdays?

The Ottawa Good Food Box is recruiting new volunteers to help:

- **Pack boxes** on Monday and Wednesday mornings
- **Deliver boxes** on Wednesday afternoons

Send us an email at [ottawagoodfoodbox@ccrr.org](mailto:ottawagoodfoodbox@ccrr.org) or check out our website if you're interested!

### Recipe: Beet Borscht

*serves 10*

#### INGREDIENTS

- 2 tbsp olive oil
- 1 ¼ tsp salt, divided
- ½ tsp pepper
- 1 onion, finely chopped
- 2 garlic cloves, minced
- 2 carrots, diced
- 1 large potato, peeled and diced
- 3 cups thinly sliced red cabbage
- ¼ cup tomato paste
- 1 tbsp brown sugar
- 1 tsp dried coriander
- 6 cups broth (beef or vegetable)
- 2 bay leaves
- 2 cups peeled and grated beets
- 3 ½ tbsp red-wine vinegar
- ¼ cup chopped dill, divided
- ¼ cup sour cream

#### PREPARATION

1. Heat oil in a large pot over medium. Add onion, garlic, carrots, potato and cabbage. Cook, stirring until vegetables are slightly tender, 5 min. Stir in tomato paste, sugar, coriander and cook 1 min. Add broth and bay leaves. Boil, then reduce heat to medium-low.
2. Simmer borscht, covered, until cabbage is very tender, about 15 min. Stir in beets, vinegar and remaining ¾ tsp salt. Continue simmering until beets are tender, 10 min. Let stand, covered, for 5 min. Stir in 3 tbsp dill. Remove and discard bay leaves.
3. Ladle into bowls and serve borscht with a dollop of sour cream and remaining 1 tbsp dill.



#### WHEN YOU ARRIVE HOME WITH YOUR GOOD FOOD BOX:

Make sure to lay your **onions** out on the counter to dry them out!



**Nous vous souhaitons une **bonne** et **heureuse** année!**



### Rejoignez notre équipe!

Cherchez-vous d'essayer quelque chose de nouveau ou de rencontrer de nouvelles personnes? Avez-vous du temps libre le lundi ou le mercredi?

La Boîte de bonne bouffe d'Ottawa recrute de nouveaux bénévoles pour aider:

- **Emballez les boîtes** le lundi et le mercredi (matin)
- **Livrez les boîtes** le mercredi (après-midi)

Envoyez-nous un courriel à [ottawagoodfoodbox@crcrr.org](mailto:ottawagoodfoodbox@crcrr.org) ou consultez notre site Web si vous êtes intéressé!

### Recette: **Bortsch de la betterave**

10 portions

#### INGRÉDIENTS

- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 ¼ cuillère à thé de sel, divisé
- ½ cuillère à thé de poivre
- 1 oignon, finement haché
- 2 gousses d'ail, émincées
- 2 carottes, coupées en dés
- 1 grosse pomme de terre, pelée et coupée en dés
- 3 tasses de chou rouge finement tranché
- ¼ tasse de pâte de tomate
- 1 cuillère à soupe de cassonade
- 1 cuillère à thé de coriandre séchée
- 6 tasses de bouillon (boeuf ou légumes)
- 2 feuilles de laurier
- 2 tasses de betteraves pelées et râpées
- 3 ½ cuillères à soupe de vinaigre de vin rouge
- ¼ tasse d'aneth haché, divisé
- ¼ tasse de crème sure

#### PRÉPARATION

1. Faire chauffer l'huile dans une grande casserole à feu moyen. Ajouter l'oignon, l'ail, les carottes, la pomme de terre et le chou. Cuire en remuant jusqu'à ce que les légumes soient légèrement tendres, 5 min. Incorporer la pâte de tomate, le sucre, la coriandre et cuire 1 min. Ajouter le bouillon et les feuilles de laurier. Faire bouillir, puis réduire le feu à moyen-doux.
2. Laisser mijoter le bortsch, couvert, jusqu'à ce que le chou soit très tendre, environ 15 min. Incorporer les betteraves, le vinaigre et le reste du sel. Continuer à mijoter jusqu'à ce que les betteraves soient tendres, 10 min. Laisser reposer, couvert, pendant 5 min. Incorporer 3 cuillères à soupe d'aneth. Retirez et jetez les feuilles de laurier.
3. Louche dans des bols bortsch avec une cuillerée de crème sure et le reste d'aneth.



#### À VOTRE ARRIVÉE À LA MAISON AVEC VOTRE BOÎTE:

Assurez-vous de déposer **vos oignons** sur le comptoir pour les sécher un peu!