



Local farmer spotlight: **Barkley's Apple Orchard**

Barkley's Apple Orchard is located in Morrisburg, Ontario on a small, family-run farm. They harvest apples in the fall and strawberries in early summer while also producing a wide range of preserves such as apple syrup to pickled dilly beans.

Bill, Delia and their three sons are the 7th generation on the property. Their ancestors received the land as a United Empire Loyalist land grant in 1790 and started planting apple trees in 1982. They have now been growing and preserving vegetables on the farm since 1990.

Barkley's only employs a mix of organic pest management tactics such as dormant oil to smother mites and clay-based products to detract soft-bodied insects. They also keep the ground vegetation around the trees mowed instead of relying on herbicides.

You can find the orchard's products in season at the Ottawa Farmers Market (Landsdowne and Westboro locations), Ottawa Main Street Market, Kemptville Farmers Market, Metcalfe Farmers Market, McHaffie Flea Market, Morrisburg Plaza, and at local fairs and seasonal events.

Recipe: **Apple Pudding Cake**

serves 6-8

INGREDIENTS

- 2 cups brown sugar
- 1 cup water
- 1 tbsp butter
- 2 tsp cornstarch
- 3 large apples, peeled, seeded and cubed
- 1 cup all-purpose flour
- 1 tbsp baking powder
- ½ cup sugar
- 1 tbsp butter, softened
- 1 egg
- ½ cup milk



PREPARATION

1. With the rack in the middle position, preheat the oven to 350°F (180°C).
2. In a small pot, bring brown sugar, water, butter and cornstarch to a boil while whisking. Simmer over medium heat for 5 minutes. Remove from the heat and set aside.
3. Place the apples in an 8-inch (20 cm) square glass baking dish. Set aside.
4. In a bowl, combine the flour and baking powder.
5. In another bowl, whisk together the sugar, butter and egg with an electric mixer for 3 minutes. With the machine on low speed, whisk in the dry ingredients alternating with the milk. Pour the batter over the apples and drizzle with the sauce.
6. Bake for 45 minutes or until a toothpick inserted in the centre of the cake comes out clean. Let cool on a wire rack.

WHEN YOU ARRIVE HOME WITH YOUR GOOD FOOD BOX:

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



NOVEMBER ORDERS ARE DUE DECEMBER 9TH BY 11:59 PM

Next delivery: Tuesday Dec. 17 & Wednesday Dec. 18



Ferme locale en vedette: **Barkley's Apple Orchard**

Barkley's Apple Orchard est une petite ferme familiale, situé à Morrisburg, en Ontario. Ils récoltent des pommes à l'automne et des fraises au début de l'été. Ils produisent une myriade de conserves telles que le sirop de pomme et les fèves marinées.

Bill, Delia et ses trois fils sont le 7ième génération de sa famille sur le terrain. Leurs ancêtres ont reçu le terrain en une concession de terre UEL en 1790 et ils ont commencé de planter le verger en 1982. Nous cultivons et conservait des légumes à la ferme depuis 1990.

Barkley's utilise uniquement un mélange de tactiques de lutte antiparasitaire organiques telles que l'huile dormante pour étouffer les acariens et les produits à base d'argile pour détourner les insectes au corps tendre. Ils gardent la végétation au sol autour des arbres tondues au lieu de compter sur des herbicides.

Vous trouverez nos produits de saison à l'été et l'automne au Marché des Fermiers d'Ottawa (Landsdowne), Ottawa Main Street Market, Kemptville Farmers Market, Metcalfe Farmers Market, McHaffie Flea Market, Morrisburg Plaza, aux foires locales et événements saisonniers.

Recette: **Pouding chômeur aux pommes**

6-8 portions

INGRÉDIENTS

- 2 tasses de cassonade
- 1 tasse d'eau
- 1 c. à soupe de beurre
- 2 c. à thé de fécule de maïs
- 3 grosses pommes, pelées et coupées en cubes
- 1 tasse de farine tout usage
- 1 c. à soupe de poudre à pâte
- ½ tasse de sucre
- 1 c. à soupe de beurre, ramolli
- 1 œuf
- ½ tasse de lait



PRÉPARATION

1. Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 180 °C (350 °F).
2. Dans une petite casserole, porter cassonade, d'eau, beurre et de fécule de maïs à ébullition en remuant au fouet. Laisser mijoter à feu moyen 5 minutes. Retirer du feu et réserver.
3. Déposer les pommes dans un plat de cuisson en verre carré de 20 cm (8 po). Réserver.
4. Dans un bol, mélanger la farine et la poudre à pâte.
5. Dans un autre bol, fouetter le sucre, le beurre et l'œuf au batteur électrique 3 minutes. À basse vitesse, incorporer les ingrédients secs en alternant avec le lait. Verser la pâte sur les pommes, puis répartir délicatement la sauce sur la pâte.
6. Cuire au four 45 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dents inséré au centre du gâteau en ressorte propre. Laisser tiédir sur une grille.

À VOTRE ARRIVÉE À LA MAISON AVEC VOTRE BOÎTE:

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



LES COMMANDES DE OCTOBRE SONT DUES **LE 9 DÉCEMBRE À 23H59.**

Prochaine livraison: mardi 17 déc. & mercredi 18 déc.