



... et de la fête !

Quel plus joli mois que celui de mai pour se conter fleurette ? C'est le mois des amoureux. Depuis toujours c'était la coutume : le 1^{er} mai dans l'Antiquité était dédié à Flore, déesse des arbres et des plantes, et le « mai », cet arbre décoré que les romains plantaient dans la cour de celui qu'il voulait honorer ou de celle qu'ils aimaient. La tradition a subsisté chez nous, dans la nuit du 30 avril au 1^{er} mai, on dresse sur la place du village et devant les portes des jeunes filles à marier, les « mais » que les garçons sont allés couper dans la forêt. Courant les fermes pendant la nuit, ils chantent, sous les fenêtres de leurs belles, « la chanson du coucou » en quête d'œufs et de la charcuterie. Puis ils se font offrir à boire au matin dans les maisons décorées... Il n'est pas rare alors de retrouver ses affaires (brouettes, fil à linge, salon de jardin) exposées sur la place du village !

- Omelette au lard et salade verte :

12 Œufs (du GAEC de Pontot)
10 cl de lait - 300 g de lard de poitrine
de la graisse de canard (de chez Jacquin)

Casser et battre les œufs dans un saladier en ajoutant le lait. Découper le lard en fins lardons et les faire blanchir 2 minutes à l'eau pour les dessaler. Les faire rissoler à la poêle dans la graisse de canard, puis ajouter les œufs. Faire cuire l'omelette en la faisant dorer des deux côtés. Faire la salade, laver, éplucher.

Pour la sauce : voir notre recette de famille...



Chez Fruirouge & Cie,

Notre épicerie fermière, vous retrouverez tous ces bons produits de saison.

Mai, c'est leur meilleur mois :



© Claire-Sophie Pissenlit

Sans oublier la truie, l'agneau, le bœuf, le lapin, le mouton, le canard, le poulet, l'Époisses, le miel, les œufs, la verveine et toutes nos autres spécialités... de saison ! Comme les moutardes Fallot et Reine de Dijon !!!

Bon à savoir :

La moutarde est une sauce médiévale française, acide et piquante, rescapée de la révolution culinaire du 17^{ème} siècle imposée par Versailles. Elle est depuis aromatisée, et ce, dans notre belle région de Bourgogne, tout naturellement au Cassis.

Les charbonniers qui fabriquaient le charbon de bois, arrondissaient leurs fins de mois en cultivant de la moutarde sur les places à charbon. La graine de moutarde appréciait les sols devenus riches en potasse grâce aux cendres des carbonisations successives. Elle était ensuite vendue à des rabatteurs pour le compte des moutardiers de Dijon.

Fruirouge & Cie, L'épicerie fermière

Ouvert de 9 h 30 à 12 h et de 14 h 30 à 19 h
40 Grande Rue au centre-ville de Nuits-Saint-Georges

Courriel : epicerie@fcie.fr

Click & collect : www.fruirougeetcie.com



recettes avec les produits de



Hameau de Concoeur 40 grande Rue
21700 NUITS-SAINT-GEORGES

Tél. : 03 80 62 36 25 - Tél. : 03 80 27 31 59

Si sites Internet : www.fruirouge.fr et

www.fruirougeetcompagnie.com



Mai, le printemps est là !



"En mai, fais ce qu'il te plaît !"

Profitez des jours fériés pour nous rendre visite les 1 et 8 mai et le jeudi de l'Ascension.

« V'là le bon temps, le joli temps... » Nos fruitiers sont en fleurs. Dans les champs, c'est le temps des travaux de printemps... Pour nous c'est l'époque des premiers désherbages, après la récolte des jeunes pousses de cassis pour fabriquer notre eau florale : l'Hydrolat de cassis...



- Hydrolat de Cassis Bio :

Sans arôme ajouté, ni conservateur, c'est le cœur de la plante. Cosmétique et culinaire 100% pur
En cosmétique, c'est un bon tenseur pour la peau ; avec un fort pouvoir drainant. On dit de l'Hydrolat de cassis que « c'est l'eau des rhumatismes » !
En cuisine, il aromatise une boisson, une tisane, un cocktail, des desserts, des salades de fruits...
Vous pouvez l'utiliser pour déglacer des viandes. Il amènera une note fruitée dans une mousse au chocolat, une compote...

Hydrolat de Cassis Bio

- Disponible en bouteilles de 100 ml

A l'heure du Renouveau...

Nos rendez-vous du mois de mai :

Ouvert à la ferme Fruirouge à Concoeur les 1 et 8 mai, et le jeudi de l'Ascension aux horaires habituels.

Ouvert le 1 mai



Venez NOUS VOIR de 9 h à 12 h et de 14 h à 19 h



Ouvert le 8 mai



Venez NOUS VOIR de 9 h à 12 h et de 14 h à 19 h



Ouvert du jeudi au lundi



Venez NOUS VOIR de 9 h à 12 h et de 14 h à 19 h

DE L'ASCENSION

Du jeudi au lundi :

Visite Bienvenue à la ferme Fruirouge®

Accueil dans l'ancien atelier de fabrication visite découverte (projection) avec dégustations commentées au choix

15 - 20 mn

3€ par adulte



Spéciale Moutarde : Recette de chef...

- Lapin à la moutarde au cassis :

*Anciennement Le Chef Coq,
à Nuits-Saint-Georges (Côte d'Or)
René Planetti*



(Pour 6 personnes)



1 lapin de 1,5 à 2 Kg
200 g de Moutarde au Cassis

3 gousses d'ail, 3 échalotes, thym, laurier, romarin
Huile d'olive
Bourgogne Aligoté
Sel et poivre

Badigeonner les morceaux de lapin de moutarde au cassis. Recouvrir d'Aligoté. Faire mariner 12 heures après avoir poivré légèrement. Egoutter la viande. Faire jaunir les morceaux dans une sauteuse avec un peu d'huile d'olive. Saler. Ajouter le jus de la marinade, l'ail, les échalotes et les herbes.

Laisser mijoter une heure...

Accompagner de carottes et de champignons.

Bon appétit !



Vous trouverez chez Fruirouge & Cie de nombreux produits fermiers : terrines, vins, moutarde nature ou aromatisée, ainsi que des épices, des aromates, des huiles, des œufs, des fromages... Bref, de quoi cuisiner comme un chef !

... ou Recettes de famille

- Salade, roquette ou cresson, à la moutarde et au vinaigre au Cassis Bio :

Salade, roquette ou cresson
Moutarde et Vinaigre au Cassis Bio



Faire votre sauce salade avec une cuillère à soupe de moutarde au cassis, une de vinaigre au cassis et 3 d'huile de Tournesol ou de Colza, du sel et du poivre.

Vous pouvez l'accompagner de tartines de terrines de canard, de cochon, de bœuf ou de truite...ou de nos bons œufs fermiers !



Moutarde et Vinaigre au Cassis Bio

Disponibles en pots de 40 et 310 g
et en bouteilles de 4, 20 et 50 cl

- Côtes de veau à la moutarde au cassis Bio :

Faire cuire vos côtes de veau. Mettez-les dans un plat au four après avoir déposé une bonne couche de moutarde au cassis et du fromage frais ou affiné. Faire gratiner... (Variante possible avec notre Ketchup au Cassis Bio ou les moutardes Fallot et Reine de Dijon). Hum... C'est bon !



Ketchup au Cassis Bio

Disponibles en pots de 45 et 350 g

