

# Feuille de travail Recette et ingrédient

## Croustade aux fruits



### Croustade

Ingrédie	Produit locaux	Produit mondiaux
<ul style="list-style-type: none"> <li>1 tasse de farine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arva, Ontario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>États-Unis (É.-U.A)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>1/2 tasse de beurre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sterling, Ontario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>France</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>1/2 tasse de cassonade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Remplacez par du sirop d'érable de Thorndale en Ontario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Paraguay</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>1/4 cuillère à thé de sel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Goderich, Ontario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Grèce</li> </ul>

### Garniture

Ingrédie	Produit locaux	Produit mondiaux
<ul style="list-style-type: none"> <li>1/2 livre de pommes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>London, Ontario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Afrique du Sud</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>1/4 tasse de sucre blanc</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Remplacez par du miel de London en Ontario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Brésil</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>1 cuillère à soupe de jus de citron</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pas de remplacement local</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mexique</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>1/2 cuillère à thé de cannelle</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aucun producteur local</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sri Lanka</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>1 à 3 cuillère(s) à soupe de fécule de maïs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Burlington, Ontario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Chine</li> </ul>

# Feuille de travail Recette et ingrédient

## Trempelette à la feta



Ingrédient	Produit locaux	Produit mondiaux
• 8 à 10 onces de fromage feta	• St.Marys, Ontario	• Grèce
• 3 onces de fromage en crème	• Blyth, Ontario	• É.-U.A
• 2 cuillères à soupe d'huile d'olive	• Alberta	• Italie
• 1 cuillère à soupe de miel	• London, Ontario	• Chine
• 1/2 concombre anglais	• London, Ontario	• Mexique
• 1/2 poivron	• Leamington, Ontario	• Mexique
• 3/4 tasse de tomates séchée au soleil	• Leamington, Ontario, séché à la maison	• Italie
• 10 feuilles de basilic ou de persil frais	• London, Ontario	• Mexique
• 1 à 1 1/2 cuillères à soupe de ciboulette	• London, Ontario	• Israël
• Sel	• Goderich, Ontario	• Grèce
• Poivre	• Aucun producteur local	• Inde

# Feuille de travail Recette et ingrédient

## Sandwich parfait à salade aux Œufs



Ingrédient	Produit locaux	Produit mondiaux
• 4 œufs durs	• Strathroy, Ontario	• (Œufs durs préemballés), É.-U.A
• 1/4 tasse de mayonnaise	• (Fait maison, œufs de Strathroy en Ontario et huile de canola d'Alberta)	• É.-U.A
• 2 cuillères à soupe de céleri	• London en Ontario, ou dans votre propre arrière-cour !	• É.-U.A
• 1 échalote (oignon vert)	• London en Ontario, ou dans votre propre arrière-cour !	• Mexique
• 1 cuillère à soupe de moutarde	• London, Ontario	• France
• Quelques gouttes de sauce piquantes	• London, Ontario	• Mexique
• Sel	• Goderich, Ontario	• Grèce
• Laitue au choix	• London en Ontario, ou dans votre propre arrière-cour	• É.-U.A
• 8 morceaux de pain	• London, Ontario	• É.-U.A
• Beurre	• Sterling, Ontario	• France

# Feuille de travail Recette et ingrédient

## Sauce tomate



Ingrédie	Produit locaux	Produit mondiaux
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 livres de tomate fraîches ou 1 en boîte de tomates écrasées</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leamington, Ontario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Italie</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vinaigre balsamique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Remplacez par du vinaigre de cidre de pommes de London en Ontario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Italie</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Huile d'olive</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Remplacez par de l'huile de canola d'Alberta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tunisie</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oignon blanc ou jaune</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Newmarket, Ontario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mexique</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Goderich, Ontario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grèce</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Herbe fraîches ou séchées</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• London en Ontario, ou dans votre propre arrière-cour !</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mexique</li> </ul>

## Salade du jardin

Ingrédie	Produit locaux	Produit mondiaux
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Épinard</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leamington, Ontario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mexique</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tomate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leamington, Ontario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• É.-U.A</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Concombre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• London, Ontario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• É.-U.A</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Huile d'olive</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Remplacez par de l'huile de canola d'Alberta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Italie</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vinaigre balsamique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Remplacez par du vinaigre de cidre de pommes de London en Ontario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• France</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Herbe fraîches ou séchées</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• London Ontario, or your own backyard!</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mexique</li> </ul>