

CONCOURS DÉFI

DIVERTISSEMENT ÉDUCATIF FAIT POUR LES JEUNES ET INTERDIT AUX ADULTES

Odette Morin

Amusez-vous et courez la chance de gagner, tous les mois, une carte-cadeau d'une valeur de 30 \$ à la librairie Renaud-Bray en participant au concours DÉFI.

Charade

- **Mon premier** - Conjugaison du verbe mentir, au présent, à la troisième personne du singulier.
- **Mon deuxième** - Désigne le petit organe pointu inséré dans la peau lors d'une piqure de guêpe.
- **Mon troisième** - Un organe filtreur que l'on appelle rognon chez les animaux de boucherie.
- **Mon tout** - C'est du chinois!

À la recherche du mot perdu

Placez dans la case appropriée, la première lettre de la réponse de chaque énigme, vous obtiendrez ainsi le mot recherché.



- 1 - Il y en a 60 dans une heure.
- 2 - Dernier mois des vacances d'été.

3 - Sert à tracer des lignes ou à mesurer des longueurs.

4 - Indication du jour, du mois et de l'année.

5 - Très court moment.

Mot (ou nom) recherché - Un jour de la semaine.

Qui suis-je?

Voici les trois indices qui désignent le même mot.

- 1 - Avec mes 2 kilomètres carrés, je suis le deuxième plus petit État (pays) du monde.
- 2 - Mon territoire est enclavé dans le département français des Alpes-Maritimes.
- 3 - Je suis bordée par la Méditerranée et mes habitants sont les monégasques.

COUPON-REPONSE

Concours DÉFI Janvier 2021

Charade

À la recherche du mot perdu

Qui suis-je?

Nom _____
 Ville _____
 Âge _____ Tél. _____

Vous avez jusqu'au 8 du mois suivant la parution du journal pour envoyer vos réponses. Le concours DÉFI continue comme d'habitude, mais la bibliothèque étant fermée, vous devez envoyer vos trois réponses avec votre nom, votre âge, votre ville de résidence de même que votre numéro de téléphone par courriel à defi@journaldescitoyens.ca. Vous pouvez aussi envoyer votre coupon de participation ou simplement vos trois réponses par la poste à l'adresse suivante : Les Éditions prévostaises, case postale 603, Prévost, Québec, J0R 1T0.

Le gagnant sera choisi au hasard parmi tous ceux qui auront eu les bonnes réponses et verra son nom et sa photo publiés dans le journal suivant. Toutes les réponses y seront aussi publiées. Le concours est ouvert à tous les jeunes (18 ans et moins) des municipalités desservies par le Journal, c'est-à-dire : Prévost, Piedmont et Sainte-Anne-des-Lacs. Nous acceptons un coupon-réponse par personne, et les similaires sont acceptés.



RÉPONSES DE DÉCEMBRE 2020

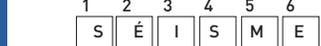
CHARADE :
 Joie - Yeux - No - Elle = Joyeux Noël!

MOT RECHERCHÉ : 1 2 3 4 5
 N E I G E

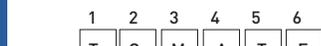
- 1 - Nez
- 2 - Étoile
- 3 - Igloo
- 4 - Guignolée
- 5 - École

Qui suis-je? La Laponie

À la recherche du mot perdu



- 1 - Seins
- 2 - Éléphant
- 3 - Italiens
- 4 - Souris
- 5 - Mouton
- 6 - Exporter



- 1 - Tonne
- 2 - Octet
- 3 - Mirage
- 4 - Arc
- 5 - Têtard
- 6 - Écluse



Les sentiers glacés du lac Renaud

Une patinoire communautaire

Alain Boisclair

Le 10 janvier dernier, par une belle journée ensoleillée, plusieurs résidents et riverains s'étaient donnés rendez-vous pour profiter des joies de l'hiver sur les merveilleux sentiers glacés du lac Renaud. La patinoire fait presque la totalité du contour du lac.

C'est beau de voir que plusieurs riverains participent à leur façon en dégagant un petit bout de patinoire face à leur résidence, afin de pratiquer, eux aussi, leurs sports préférés ou simplement pour s'amuser et se divertir.

Les gens ont sorti leurs patins ou leurs skis de fond, d'autres en ont profité pour prendre une marche ou faire du jogging. On voyait même des vélos de randonnée. La pandémie aura au moins été positive à cet égard. Les résidents en ont profité pour sortir dehors et savourer les bienfaits du plein air. Un citoyen mentionnait qu'il n'avait pas vu autant de monde s'amuser comme ça sur le lac depuis au moins trente ans. Bref, cette journée-là, on sentait vraiment l'esprit communautaire et la solidarité renaître entre les citoyens. C'est comme si les gens s'étaient mis sur pause pour profiter du moment présent qui leur était offert. Cette année, on constate que les gens pratiquent davantage de sport et profite de la nature et du plein air. D'ailleurs, n'essayez pas de vous trouver une paire de skis de

fond ou de patins ces temps-ci, c'est devenu une denrée rare!

Le sentier de glace du lac Renaud est avant tout l'initiative de Todd Gore qui depuis plusieurs hivers déneige volontairement une portion du lac pour son propre plaisir et surtout pour y aménager une patinoire de hockey pour sa famille derrière sa résidence. Todd s'est même confectionné une Zamboni maison pour entretenir la glace et un système d'éclairage. D'autres anges sont aussi



Monsieur Gore s'est confectionné une Zamboni pour entretenir la glace

Photo: Alain Boisclair

Avec Odette Morin

odemorin@journaldescitoyens.ca • www.journaldescitoyens.ca



Cuisine d'hiver

L'arrivée de l'hiver suscite toutes sortes de réactions allant du ravissement pour les amateurs de glissade, à la résignation ou à la fuite pour les amateurs de chaleur.

Par contre, une chose semble faire l'unanimité, l'envie presque irrésistible de manger des plats chauds, nourrissants, souvent très protéinés et longuement mijotés. Des plats qui cuisent à petits bouillons dans un jus savoureux aromatisé d'épices exotiques, de fines herbes ou relevés de piment. Des repas conviviaux, souvent constitués d'un plat unique que l'on sert avec du bon pain grillé aux herbes!

Fricassée épicée patates/poulet

Vous pouvez ajouter d'autres légumes à cette recette: des dés de carottes, des haricots verts, des choux de Bruxelles ou, en fin de cuisson, des fleurettes de brocoli...

Ingrédients

- Pommes de terre, 5 ou 6 moyennes taillées en dés de 1,5 cm
- Poitrines de poulet, 1 ou 2 (selon leur taille) taillées en dés de 1,5 cm
- Oignon, 1 moyen haché
- Poivron, 1/2 moyen haché (vert ou de couleur)
- Ail, 3 à 6 gousses hachées
- Huile d'olive, 30 ml (2 cuil. à soupe)
- Mélange d'épices, 5 à 15 ml (1 cuil. à thé à 1 cuil. à soupe) au choix (cari, garam masala, cajun, etc.)
- Herbes fraîches, 15 ml (1 cuil. à soupe) au choix: persil, estragon, coriandre, etc.
- Sel et poivre ou poudre (ou pâte) de piment, au goût
- Vin blanc sec, 60 ml (1/4 de tasse) ou le jus de 1/2 citron (facultatif)
- Eau, au besoin

Préparation

Dans une casserole ou un fait-tout, faites chauffer l'huile à feu moyen chaud et faites-y revenir l'oignon et le poivron. Ajoutez les dés de poulet et augmentez l'intensité du feu (si nécessaire). Faites revenir le tout quelques minutes en remuant (nul besoin de faire dorer le poulet, juste d'amorcer la cuisson). Déglacez au vin ou au jus de citron et ajoutez l'ail, les dés de pomme de terre, les épices, le sel (commencez avec 5 ml soit 1 cuil. à thé), le poivre ou le piment. Versez de l'eau jusqu'au 2/3 de la préparation et laissez mijoter doucement, à couvert en remuant de temps en temps, jusqu'à cuisson des pommes de terre. Rectifiez l'assaisonnement, ajoutez les herbes et servez.

« Beans » instantanées à la courge et aux lardons

Ingrédients

- Haricots rognons blancs en conserve (rincés), 1 boîte de 540 ml
- Pancetta ou flanc de porc non salé coupé en lardons de 1 par 2 cm, 1/2 tasse ou plus au goût
- Courge à chair orange en dés de 1 cm de côté, 1 tasse
- Tomates en purée, 75 ml (1/3 de tasse) ou 1 tomate en dés
- Sirop d'érable, 1/4 de tasse (60 ml)
- Huile d'olive, 15 à 45 ml (1 à 3 cuil. à soupe)
- Poivron rouge moyen, 1/2 en dés
- Oignon, 1 petit émincé
- Ail, 3 gousses hachées
- Sel et poivre (ou flocons de piment), au goût

Préparation

Épices et herbes, au choix ex.: poudre de cari, cumin, curcuma, paprika, thym, origan, romarin, persil, etc. Mon choix: 1 c. à thé de cari, 1/2 c. à thé de thym séché et 1 c. à soupe (15 ml) de persil frais.

Faites revenir les lardons, à feu doux dans un peu d'huile, montez la température vers la fin de la cuisson pour les faire dorer. Retirez-les du feu et déposez-les sur un papier absorbant. Dégraissez la poêle (pour enlever ce gras saturé) et mettez-y de l'huile d'olive, assez pour faire sauter la courge, le poivron et l'oignon. Cuire les légumes à feu moyen en remuant pendant 2 ou 3 minutes. Ajoutez l'ail, les épices, les lardons et le reste des ingrédients, salez et poivrez au goût. Laissez mijoter le tout, à feu doux pendant 5 minutes.

Pain grillé aux herbes

Ingrédients

- Pain croûté ou votre pain préféré, en tranches épaisses
- Huile d'olive ou mélange beurre/huile, 1/2 tasse
- Ail, râpé ou haché finement, 1 ou 2 gousses (facultatif)
- Herbes fraîches hachées finement au choix ou en mélange: persil, estragon, ciboulette, basilic, 1 à 2 cuil. à soupe
- Herbes séchées: origan, thym ou romarin, 1/2 à 1 cuil. à thé
- Sel et poivre, au goût
- Flocons de piment, au goût (facultatif)

Préparation

Mélangez l'huile et les assaisonnements, étalez le mélange (à la cuillère) sur le pain. Faites griller au four très chaud ou sur le grill.

Bon appétit!