À l'est d'Ottawa, dans le village de Rockland, le fermier *Vert* sort les **semences ancestrales** pour **cinq différentes variétés** de

tomates qu'il a récolté l'année

dernière.

Le fermier *Vert* **sème** ses

semences dans une serre

chauffée par le soleil où elles

poussent pour devenir des petits

semis.

Avant de repiquer les semis, le fermier *Vert* étend **du fumier composté** de ses vaches sur son

champ pour augmenter les

nutriments dans le sol.

Le fermier *Vert* et son équipe

**plantent les semis à la main** dans

un champ qui inclut plusieurs

variétés de légumes et de fleurs,

afin de minimiser les ravageurs

et d'attirer les abeilles.

Au mois de juillet, les tomates du fermier *Vert* sont rouges et juteuses! Tôt le matin, le fermier

*Vert* et son équipe **récoltent les tomates mûres et les lavent.**

Quelques heures plus tard, le fermier *Vert* **met les tomates**

**dans son camion** et conduit

jusqu'au marché fermier

à Ottawa, environ 50 km.

Julie et Simon prennent leurs

vélos jusqu'au marché le samedi

matin et achètent 3 variétés de

tomates du fermier *Vert*.

De retour à la ferme, le fermier

*Vert* choisit ses meilleures

tomates et en récolte les

semences pour en semer l'année

prochaine.