



La Feuille de Chou

Lettre d'information aux adhérents

Chantier d'insertion par le maraichage biologique

18 octobre 2016 - n° 738



9ème édition du Mois de l'Économie Sociale et Solidaire : à vos agendas

Novembre est le mois de l'Économie Sociale et Solidaire. Cet événement, d'envergure nationale, a pour vocation de faire découvrir au plus grand nombre les structures de l'ESS qui participent activement au développement économique et social des territoires, en produisant des biens et des services dans de nombreux domaines d'activité.

A cette occasion, **Les Potagers de Marcoussis, la Conserverie Coopérative de Marcoussis et leurs partenaires**, organisent différentes rencontres solidaires, ouvertes à tous, sur le thème :

SOLUTIONS LOCALES, PASSONS A LA PRATIQUE !

Ces animations se dérouleront tout au long du mois de novembre, **découvrez le programme :**

Exposition Photos « Des graines et des Hommes : regards croisés aux Potagers de Marcoussis »

Réalisées par Olivia SINET, photographe et réalisatrice de film (salariée aux Potagers de Marcoussis pendant 2 ans)

Du samedi 05 novembre au mercredi 30 novembre

Ouverte au public du lundi au vendredi de 13 h à 17 h et le samedi de 10 h à 12 h

Vernissage le samedi 05 novembre à 10 h

La Ferme des Potagers - Chemin du Regard 91460 Marcoussis

Marché Paysan

Légumes, fruits, pains, oeufs, miel, bières, tisanes...

Le samedi 05 novembre de 10 h à 12 h 30

La Ferme des Potagers - Chemin du Regard 91460 Marcoussis

Journée Portes Ouvertes

Visite de notre conserverie et présentation de notre champignonnière

Le samedi 05 novembre de 10 h à 12 h

La Ferme des Potagers - Chemin du Regard 91460 Marcoussis

Fête Gourmande autour du champignon

En partenariat avec le Triangle Vert, animation et dégustation de recettes originales et savoureuses élaborées par Joseph INGARGIOLA, directeur des Potagers de Marcoussis

Le dimanche 06 novembre de 9 h à 12 h 30

Marché de Marcoussis - Place de la République (en face de l'église) 91460 Marcoussis

Soirée Chansons autour d'un buffet solidaire

Soirée musicale et gustative autour d'un buffet solidaire élaboré par l'ESAT la Cardon

Sur réservation (nombre de places limité) avant le 10 novembre 2016 à :

l.gibou@pdm91.fr ou 01 64 49 52 80 - Participation de 10 € (boisson en supplément)

Le samedi 19 novembre à partir de 20 h

La Ferme des Potagers - Chemin du Regard 91460 Marcoussis

Soirée cinéma

Projection du court-métrage « Des Graines et des Hommes : regards croisés aux Potagers de Marcoussis » réalisé par Olivia SINET suivi de la diffusion du film en avant première « La Fille de Brest » de la réalisatrice Emmanuelle BERCOT

Pot offert à la suite de la projection pour poursuivre les échanges

Le mardi 22 novembre à 20 h 30

Cinéma Atmosphère - Parc des Célestins - 91460 Marcoussis

Plus d'info au 01.64.49.52.80

Réservez ces dates dans vos agendas

et parlez-en autour de vous !



Retour en images sur nos animations du samedi 15 octobre à la Ferme



3ème bourse d'échange de confiture « Fait maison »

Dégustation des confitures de la Conserverie Coopérative de Marcoussis



Présentation et dégustation de recettes élaborées avec nos pleurotes bio !

A noter dans vos agendas

Pour celles et ceux qui retirent leur panier à Marcoussis uniquement : le **vendredi 11 novembre étant férié**, il n'y aura **pas de distribution de panier ce jour-là** à la Ferme des Potagers.

Les paniers seront à venir chercher le **jeudi 10 novembre de 15 h à 19 h** et le **samedi 12 novembre de 10 h à 12 h30**.

Merci

La recette de la semaine

La courge Butternut, ou courge doubeurre en français, est une variété de courge musquée de la famille des cucurbitacées. Très riche en eau et de forme allongée, on retient sa douceur en bouche et son goût noisette. Naturellement crémeuse, elle a pour avantage de ne pas nécessiter de beurre ou de crème pour la cuisiner.

Butternut rôtie au miel et paprika



Ingrédients (pour 4 personnes) : 1 courge butternut, 1 cuil à soupe de miel, 1 cuil à café d'huile d'olive, 1/2 cuil. à café de paprika, sel & poivre

Préparation de la recette :

Préchauffez votre four sur thermostat 6 (180 °C).

Bien laver la peau de la courge. Vous allez cuire votre courge avec sa peau donc il faut qu'elle soit bien propre.

Coupez la courge en deux et ôtez les graines.

Dans un bol, mélangez l'huile, le miel, le paprika, le sel et le poivre.

Avec ce mélange, badigeonnez les deux moitiés de courge côté chair, au pinceau.

Enfournez pour 45 min.

A déguster avec une viande blanche, un poisson ou d'autres légumes.

Recette issue du blog : www.chezcachou.com

Dans votre panier cette semaine

Grand panier : 1 courge Butternut, 750 g de poivrons, 500 g de courgettes, 1 botte de chou Kale (300 g de brocolis à Marcoussis), 1 botte de radis, 500 g de tomates, 500 g de tomates cerises

Petit panier : 1 courge Butternut, 500 g de poivrons, 500 g de tomates, 1 botte de radis

Origine : Agriculture France / Catégorie II / Ecocert FR-BIO-01

Boutique ouverte : mercredi 10 h-12 h30 et 15 h-18 h - jeudi 15 h-18h - vendredi 15 h-19h - samedi 10 h-12h30

