



OFFRE DE PARRAINAGE

Faites découvrir notre **abonnement aux paniers de légumes bio, locaux et solidaires** en **parrainant** vos proches, amis, collègues, voisins !

Vous avez fait le choix de **devenir adhérent(e) aux Potagers de Marcoussis** et nous vous en remercions.



Grâce à votre abonnement aux paniers de légumes bio, locaux et solidaires, ce sont **plus de 40 salariés en insertion, hommes et femmes**, qui retrouvent un emploi dans un cadre adapté tout en bénéficiant d'un **accompagnement socioprofessionnel individualisé** afin qu'ils reprennent **confiance en leurs compétences**.



Pour 2018, nous avons réalisé **65 %** de sorties dites dynamiques (retour à l'emploi en CDI, CDD ou formation) pour les Potagers et **100 %** pour la Conserverie.

En tant qu'adhérent(e), vous connaissez nos produits, nos valeurs, nos actions : **parlez-en autour de vous, aidez-nous à nous faire connaître !**

Pour tout abonnement souscrit grâce à **votre parrainage**, les Potagers de Marcoussis vous offriront **deux conserves artisanales** de la Conserverie Coopérative de Marcoussis.

En cadeau, **votre filleul(le)** recevra **une conserve artisanale** dans son panier.

Pour cela, il vous suffit d'inviter votre filleul(le) à renseigner votre nom et prénom dans la rubrique « **je suis parrainé(e) par** » figurant sur le bulletin d'adhésion téléchargeable sur notre site :

www.lespotagersdemarcoussis.org



Plus d'info au 01 64 49 52 80

Nous vous remercions de votre engagement et de votre soutien.

Notre rendez-vous de la semaine



Vendredi 31 mai de 14 h à 19 h et **samedi 1er juin** de 10 h à 12 h30, rencontre avec **Jean-Denis MULLER, apiculteur**, qui vous proposera une dégustation/vente du premier miel de printemps. Il nous en dit plus sur cette saison apicole : « *Un hiver clément pour les colonies d'abeilles, les pertes hivernales ont été moins nombreuses que lors des hivers passés. Une bonne nouvelle ! Un début de printemps également favorable avec de belles journées en mars et début avril ce qui a permis une première récolte de miel relativement tôt mais qui a aussi favorisé l'essaimage (séparation des colonies). Ce premier miel de printemps que je propose est doux au palais et de couleur légèrement ambré, moins clair que les miels de printemps des années précédentes car contenant moins de miel de colza. La poursuite de la saison est plus aléatoire car les dernières semaines ont été chaotiques côté météo ce qui rendra difficile une récolte de miel d'acacia comparable à celle de l'année dernière.* »



La recette de la semaine

Tian de pommes de terre, aubergines et courgettes au thym



Ingrédients (pour 4 personnes) :

700 g de pommes de terre, 300 g de courgettes, 300 g d'aubergines, 2 ou 3 oignons, 1 gousse d'ail, 20 cl de bouillon de légumes, Huile d'olive, Thym frais, Fleur de sel et Poivre du moulin

Préparation : Préchauffez le four à 165°C. Frottez le fond et les cotés d'un plat à gratin d'environ 30x20 cm avec la gousse d'ail.

Badigeonnez le plat avec de l'huile d'olive.

Pelez puis coupez les oignons en rondelles, répartissez-les dans le fond du plat.

Pelez les pommes de terre, lavez-les puis séchez-les dans un torchon.

Retirez l'extrémité des courgettes et des aubergines, puis coupez-les en tranches très fines, de préférence à l'aide d'une mandoline.

Disposez les tranches de légumes dans le plat en les faisant tenir debout et en les alternant.

Dans un petit bol, mélangez l'ail émincé avec 3 à 4 càs d'huile d'olive et versez sur le tian.

Arrosez avec le bouillon de légumes chaud.

Saupoudrez de fleur de sel et de thym frais.

Couvrez d'un papier sulfurisé puis enfournez pour 50 min. Sortez le plat du four puis arrosez le tian avec le jus qui est au fond.

Augmentez la température du four à 200°C puis poursuivez la cuisson pendant 20 min environ. Le tian doit être bien doré et les légumes cuits (testez la cuisson à l'aide de la pointe d'un couteau). Servez dès la sortie du four.

Dans votre panier cette semaine

Grand panier : 1 kg de pommes de terre (chair ferme)*, 700 g de courgettes, 500 g d'aubergines*, 1 botte d'oignons, 1 botte de radis roses*, 1 salade batavia ou FdeChêne

Petit panier : 500 g de pommes de terre (chair ferme)*, 1 botte d'oignons, 1 botte de radis*, 1 salade

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

*Ces légumes proviennent d'un maraicher en agriculture biologique autre que les Potagers de Marcoussis

Boutique ouverte : mercredi et jeudi 10 h-12 h30 et 14 h-18 h - vendredi 10 h-12h30 et 14 h-19h - samedi 10 h-12h30

