

La Feuille de Chou

Lettre d'information aux adhérents

Numéro Spécial 20 ans

15 janvier 2020 - n° 885



Les Potagers et l'École des Arts de Marcoussis : une autre culture

Créée en 1995, l'École des Arts (EDA) de la ville de Marcoussis est un équipement culturel qui développe la pratique amateur et propose des enseignements artistiques multiples et ouverts sur une culture sans frontière en arts visuels, danse, musique et théâtre.

Les activités proposées ont été conçues pour faciliter l'apprentissage à travers des pédagogies individuelles et collectives, adaptées à chaque âge, à chaque niveau de la découverte à l'approfondissement.

Pratiquer un art aide à développer sa propre sensibilité et transmettre ses émotions. Comme le disait Romain ROLLAND : « Si la musique nous est si chère, c'est qu'elle est la parole la plus profonde de l'âme. Le cri harmonieux de sa joie et de sa douleur. »

Faire de la musique, c'est sensibiliser l'imaginaire, développer sa créativité, permettre de ressentir et d'exprimer ses sentiments. Mais c'est aussi un art de socialisation.

L'EDA a 25 ans, les Potagers en ont 20... très rapidement, des passerelles entre l'EDA et les Potagers de Marcoussis ont été créées et depuis plusieurs années, nos salariées en insertion, sur la base du volontariat, ont la possibilité de bénéficier gratuitement de cet enseignement culturel et artistique.

Ces ateliers musicaux sont assurés par des professeurs expérimentés de l'EDA dont le savoir-faire et le dynamisme permettent à chacun de nos salariés de découvrir un instrument ou une pratique musicale.

Cette année, c'est Emmanuel DAVID (à gauche, sur la photo ci-dessous), professeur de Djembé, qui anime un atelier, tous les jeudis, de 10h30 à 11h45, dans les locaux de l'EDA (château des Célestins, à 5 minutes à pieds de la Ferme des Potagers).



Le choix de cet instrument n'est pas anodin : sa pratique, basée sur le rythme, permet très rapidement d'obtenir des résultats, de vivre une expérience musicale et surtout le plaisir et l'enthousiasme du « faire ensemble ».



Photos ci-dessus prises en octobre 2015, lors de l'atelier découverte animé par Anne GARCENOT (Chant) et Alain BRAMMER (Djembé). Les cours ont ensuite eu lieu tous les lundis de 11h à 12h à la Ferme des Potagers.



Ce partenariat mis en place grâce au soutien de la ville de Marcoussis sera à l'honneur à travers les différentes animations prévues avec l'équipe et les élèves de l'EDA pour fêter les 20 ans des Potagers : la programmation complète vous sera bientôt présentée.

Nouveauté

20 ans, le bel âge... et comme on a toujours envie de conserver des souvenirs des moments importants, à l'occasion de cet anniversaire, nous avons fait réaliser des **sacs cabas en coton 100 % bio** !



Ces sacs sont fabriqués en Inde dans une petite fabrique **certifiée GOTS** (Global Organic Textile Standard) : une norme internationale qui garantit le caractère biologique du textile depuis la récolte des matières premières et leur transformation responsables sur le plan environnemental et social (ce cahier des charges garantit également des exigences sur des critères sociaux comme les salaires, les conditions de travail...).

L'impression de notre logo a été réalisée par une imprimerie située aux Ulis, en **Essonne**.

Ces sacs cabas vous attendent à la boutique de la Ferme des Potagers au prix de **7 €** (dimensions du sac : 38 x 42 cm - la longueur des anses permet de le porter à l'épaule) et pour ceux d'entre vous qui ne peuvent pas venir, nous vous le proposerons prochainement dans un **Bon de Commande** pour une **livraison sur les points de dépôt**.

Les recettes de la semaine

Colcannon (ou purée irlandaise de pommes de terre aux oignons et chou)



Ingrédients pour 4 personnes :

1 kg de pommes de terre, 1 chou, 2 oignons, 30 g de beurre, 25 cl de lait, sel & poivre

Préparation :

Coupez le chou en 4, retirez le cœur dur à la base, lavez soigneusement les quartiers puis égouttez-les bien. Coupez-les finement.

Epluchez et hachez les oignons.

Faites cuire les pommes de terre dans un faitout rempli d'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient très tendres. Egouttez-les puis remettez-les dans le faitout et écrasez-les en purée en ajoutant le lait et du beurre.

Dans une poêle, faites blondir les oignons puis ajoutez le chou émincé et laissez suer jusqu'à ce que le tout soit tendre. Salez et poivrez.

Ajoutez le chou à la purée, mélangez.

Servez sans attendre. *Vous pouvez servir le colcannon avec des saucisses ou des tranches de bacon ou le déguster tel quel avec une **salade chicorée**.*

Dans votre panier cette semaine

Grand panier : 1,5 kg de pommes de terre (chair ferme)*, 1 kg d'oignons*, 700 g de betteraves crues, 500 g de radis Daykon, 1 chou frisé*, 1 chicorée, 150 g de pourpier

Petit panier : 1 kg de pommes de terre (chair ferme)*, 1 chou frisé*, 1 chicorée, 150 g de pourpier

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-12 h30 et 14 h-19 h - samedi 10 h-12h30

