

La Feuille de Chou

Lettre d'information aux adhérents

Numéro Spécial 20 ans

25 mars 2020 - n° 894



La vie aux Potagers

Comme nous vous l'avons annoncé, la BOUTIQUE de la FERME des Potagers de Marcoussis, est OUVERTE, avec un **aménagement des horaires d'ouverture** : mardi, mercredi, jeudi et vendredi de 10 h à 12 h et de 13 h à 16 h30 et le samedi de 10 h à 12 h30.

L'ouverture de la boutique s'accompagne de **règles strictes**, notamment **pas plus de 3 clients** en même temps à l'intérieur et **les entrées et les sorties sont différenciées** : l'entrée se fait par la porte principale et la sortie par une autre porte, située coté caisse, ce qui évite que les clients entrants et sortants se croisent. Pour protéger du mieux possible les échanges avec la personne en charge de l'encaissement, un banc a été installé devant la caisse afin de créer de la distance.



L'espace dont nous disposons autour de la ferme nous permet de vous garantir le respect des consignes relatives à la **distance d'un mètre entre chaque personne** s'il y a une file d'attente (voir les photos ci-dessus).



Toute l'équipe présente, en effectif très réduit, fait le maximum pour **vous accueillir dans les meilleures conditions**, pour que la boutique soit achalandée correctement et réponde à vos besoins dans cette période difficile pour tous (voir la liste au verso) : **merci de votre aide et de votre compréhension.**

Maureen BOUCHET en 3ème année à l'Ecole de service social de la Caisse Régionale d'Assurance Maladie d'Île-de-France (Diplôme d'Etat d'Assistante de Service Social) effectue actuellement un stage de 6 mois au sein des Potagers qui prendra fin début avril. Elle n'est bien évidemment plus physiquement en nos locaux actuellement pour respecter les règles du confinement imposées aux élèves.



Ses différents examens auront lieu en juin, elle souhaite ensuite poursuivre dans cette voie : « *L'Insertion par l'Activité Economique (IAE) est un secteur qui m'intéresse car il y a encore beaucoup de choses à construire sur le partenariat social* ». **Nous lui souhaitons donc une pleine réussite pour ses examens à venir !**

La mission première des Potagers de Marcoussis est d'accompagner **socialement et professionnellement 50 salariés en insertion**. Cet accompagnement a pour objectif le retour à l'emploi durable ou à la formation qualifiante. Pour mener à bien cette mission, suite au départ de Maureen, nous lançons un appel aux **personnes bénévoles qui souhaiteraient aider nos salarié(e)s dans leurs démarches administratives en ligne.**

Quelques connaissances dans le secteur social seraient les bienvenues afin d'épauler nos deux chargés d'insertion professionnelle. Pour tous renseignements, **contactez Joëlle et Eric au 01.64.49.52.80 ou cip@pdm91.fr**

Le plat de la semaine

Omelette à la ricotta et au pourpier



Ingrédients pour 4 personnes :

1 botte de pourpier, 6 oeufs, 150 g de ricotta, 2 cuillère à soupe d'huile d'Olive, du beurre, 1 pincée de piment d'Espelette, sel & poivre

Préparation :

Lavez et séchez le pourpier.

Battez les oeufs en omelette dans un saladier. Salez légèrement et poivrez.

Faites chauffer 2 cuillerées d'huile et le beurre dans une grande poêle antiadhésive. Versez-y les oeufs battus et faites cuire à feu doux jusqu'à ce que le dessous de l'omelette soit cuit.

Répartissez ensuite sur le dessus une poignée de pourpier, puis la ricotta, poudrez de piment d'Espelette. Finissez la cuisson de l'omelette sur feu très doux, jusqu'à ce que le dessus soit cuit mais pas trop (il doit rester « crémeux »).

Servez sans attendre avec le reste du pourpier assaisonné d'un trait d'huile d'olive, d'un peu de sel et de poivre.

Le dessert de la semaine

Moelleux kiwis et bananes



Ingrédients pour 6 personnes :

4 kiwis, 2 bananes, 1 peu de citron pour éviter que la banane noircisse, 240 g de sucre, 4 oeufs, 120 ml d'huile de tournesol, 240 g de farine, 1 sachet de levure chimique, 4 cuillères à soupe de lait

Préparation :

Préchauffez votre four à 180°C (th.6)

Fouettez le sucre et les oeufs pour les faire blanchir.

Ajoutez l'huile, mélangez puis incorporez la farine, la levure et le lait.

Coupez les fruits en petits cubes, mettez un peu de citron sur les bananes et mélangez-les immédiatement à la pâte.

Mettez dans des petits moules en silicone ou dans des ramequins que vous aurez alors préalablement beurré et fariné et mettez au four 25 à 30 minutes.

Laissez refroidir avant de démouler.

Notre boutique à la Ferme reste ouverte !

Pendant cette période de crise sanitaire, notre boutique à la Ferme reste ouverte, venez-nous voir et faites le plein de légumes et fruits frais, bio et de saison : artichauts, brocolis, choux divers, céleri rave et en branche, carottes, poireaux, pommes de terre, salades, endives, épinards, blettes, pourpier, avocats, pommes, poires, kiwi, agrumes (oranges, clémentines, pomelos, citrons), bananes... et aussi produits laitiers (fromages de chèvre et vache, faisselle, crème, lait...), oeufs extra-frais, produits céréaliers (farine, lentilles, pois cassé, etc.), bières locales, thé, café, chocolat, sucre, miel... et toutes nos conserves artisanales : jus de pomme, sauce tomate, soupes et veloutés de légumes, confitures, compotes, coulis de tomate, ratatouille...

Boutique ouverte sur ces horaires temporaires : mardi, mercredi, jeudi et vendredi 10 h-12 h et 13 h-16 h30 - samedi 10 h-12 h30