

# La Feuille de Chou

Lettre d'information aux adhérents

Chantier d'insertion par le maraichage biologique 29 septembre 2021 - n° 958



20 ans que les Potagers cultivent la solidarité

## Actualité de la Ferme

A proximité immédiate de la Ferme des Potagers, « grandit » chaque jour depuis la fin août, une grande serre chapelle de 4 tunnels de 1920 m<sup>2</sup>, installée par les équipes de la société Gilloots, le fabricant.



Avancée du montage de la serre au 24 septembre 2021.  
Fin des travaux prévus début octobre.



Lundi 24 août : premiers coups de pioche dans la parcelle concernée, travail collaboratif de préparation du sol réalisé par les équipes de Gilloots et les salariés des Potagers.

Un système d'arrosage et de goutte à goutte prendra prochainement place dans cette serre. Les Potagers de Marcoussis ont pris en charge les travaux d'arrivée d'eau jusqu'à la serre et l'aménagement de l'arrière du hangar pour évacuer les eaux de pluie (photo ci-dessous).



Une autre serre plus petite (superficie totale du tunnel de 279 m<sup>2</sup>) sera prochainement mise en place dans nos parcelles situées aux Arrachis.

La construction de ces serres et de l'irrigation est subventionnée à 100 % : 75 % grâce au financement obtenu suite à la demande réalisée dans le cadre d'un appel à projets du Ministère du Travail, de l'Emploi et de l'Insertion, le FDI (Fonds de Développement de l'Inclusion) REBOND exceptionnel. Ce soutien financier a vocation à accompagner les SIAE (Structures de l'Insertion par l'Activité Economique) à se positionner en tant qu'actrices d'une relance économique inclusive et à développer de nouveaux relais de croissance via un changement d'échelle, une transformation de leurs activités et de leur organisation en cohérence avec un contexte économique transformé, en réponse à la crise sanitaire liée à la Covid-19. Les 25 % restants ont été obtenus dans le cadre d'un cofinancement : les Potagers de Marcoussis ont signé une convention d'accompagnement « plan serres » tripartite avec le Réseau Cocagne, qui aide à instruire les demandes auprès de la dotation privée du « Fond des Bois », via l'association porteuse du projet Les Anges Jardins.

Ce projet de construction de serres répond aux besoins des Potagers de Marcoussis d'augmenter leur surface de production « sous-abri » en transformant un espace de culture de plein champ soumis aux intempéries et permettra d'améliorer le rendement de production et donc d'offrir à nos adhérents aux paniers et aux clients de la boutique des légumes plus diversifiés.

Dans le cadre de la mise en place du Plan Alimentaire Territorial, nous souhaitons également pouvoir répondre à la demande de la ville de Marcoussis pour sa restauration scolaire et son projet de tiers-lieu au Chêne Rond.

Cet investissement subventionné devrait permettre aux Potagers à terme d'augmenter le nombre d'emplois d'insertion avec le recrutement de 5 ETP (Equivalent Temps Plein) ce qui équivaut à l'emploi de 7 salariés en CDDI (Contrat à Durée Déterminée d'Insertion) sur une période échelonnée de plusieurs années : l'insertion étant toujours au coeur de nos actions !

## En bref

Mardi 14 septembre, Marien, chargé d'Insertion et Maureen, notre assistante sociale (qui vous sera plus amplement présentée dans une prochaine Feuille de Chou) ont organisé un petit-déjeuner de rentrée à l'attention de **nos bénévoles des ateliers de conversation en Français et des ateliers numériques** qui fut l'occasion d'échanger sur les besoins de chacun, de mettre en place les plannings, etc.



Nous avons également eu le plaisir d'accueillir Anna, une nouvelle bénévole (photo ci-dessous), qui vient le mardi matin, pendant 2 heures, aider nos salariés à se familiariser avec le PC et internet.



Si vous aussi disposez d'un peu de temps les lundis et/ou mardis matin de 10 h à 12 h (pas d'ateliers pendant les vacances scolaires) et avez envie de le consacrer à une activité solidaire, n'hésitez pas à contacter **Marien BERTRAND** au 01 64 49 52 80 ou [m.bertrand@lespotagersdemarcoussis.fr](mailto:m.bertrand@lespotagersdemarcoussis.fr) qui répondra à toutes vos questions.

## La recette de la semaine

### Curry de courge & chou aux raisins et riz basmati



#### Ingrédients pour 4 pers. :

1 kg de courge, 1/2 chou, 5 càs de raisins secs, le jus d'1/2 citron, 2 càs d'huile d'olive ou de coco, 10 cl de lait de coco, 1 càs de curry en poudre, 2 càs de graines de cumin, 1 càc de curcuma, 100 g de riz basmati, 2 clous de girofle, sel & poivre

**Préparation :** Faites bouillir de l'eau salée avec le jus de citron et 1 càs de graines de cumin (cela permet d'éviter les désagréments du chou lors de la digestion) et préchauffez le four à 170 °C.

Coupez le chou en deux (*gardez l'autre moitié pour la faire en salade ou en soupe plus tard*) et mettez-le dans l'eau bouillante pendant 10 min.

Coupez la courge, ôtez les graines et la peau si elle est épaisse et taillez des dés d'environ 2 cm.

Sortez le chou de l'eau (et jetez-a), égouttez-le, laissez-le refroidir puis coupez-le en lamelles de la même largeur que des tagliatelles.

Réservez-les avec vos dés de courge dans un plat avec couvercle allant au four. Ajoutez-y les raisins et le riz basmati non cuit.

Dans un bol : mélangez huile, lait de coco, épices, graines de cumin, clous de girofle et ajoutez de l'eau pour remplir le bol.

Versez ce mélange dans votre plat de cuisson et ajoutez encore un bol d'eau, fermez avec le couvercle et mettez au four, baissez à 120 °C.

Laissez cuire environ 2 à 3 h en surveillant de temps en temps que le plat ne se dessèche (en cuisant, le riz va absorber le liquide du plat, il peut être nécessaire d'ajouter de l'eau en cours).

## Dans votre panier cette semaine

**Grand panier :** 1 chou pointu ou vert, 1 kg de courge, 700 g de courgettes, 1 concombre, 800 g d'aubergines, 500 g de poivrons, 600 g de tomates anciennes, 1 salade

**Petit panier :** 1 chou pointu ou vert, 1 kg de courge, 1 salade, 1 botte de ciboulette

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

**Horaires ouverture Boutique :** mercredi et jeudi 10 h - 18 h - vendredi 10 h - 19 h - samedi 9 h30 - 13h

**Retrait des Paniers à la Ferme :**

**vendredi 12 h - 19 h - samedi 10 h - 12 h30**

