

# La Feuille de Chou

Lettre d'information aux adhérents

Chantier d'insertion par le maraichage biologique 1er décembre 2021 - n° 966



## La vie aux Potagers

Nous avons signé une convention de partenariat avec Les Résidences Yvelines Essonne, Toit et Joie, Erigère et l'Apes (association de bailleurs sociaux, engagés dans le Vivre Ensemble, qui développe une vie sociale dans leurs résidences) et nous livrons, depuis la mi-mai jusqu'à fin décembre, 28 petits paniers de nos légumes bio, locaux et solidaires, toutes les deux semaines, dans l'une des loges du quartier Massy Opéra.

Les salariés en insertion de Dynamique Emploi (association multiservice présente à Massy) prennent ensuite le relais pour distribuer les paniers, **en porte-à-porte**, suivant une liste de **bénéficiaires** désignés par les bailleurs sociaux. Cette distribution et la découverte du contenu du panier sont alors un moment propice aux échanges, à la discussion autour de recette, etc.

L'objectif de ce partenariat était de **lutter contre l'isolement** des personnes âgées et/ou à mobilité réduite, de faciliter l'**accès à une alimentation saine** issue de l'agriculture biologique, de **favoriser des échanges intergénérationnels** tout en s'inscrivant dans une **démarche d'insertion professionnelle** de public en difficultés.

Mercredi 17 novembre, nous avons eu le plaisir d'accueillir à la Ferme des Potagers une quarantaine de



ces bénéficiaires accompagnés de leurs bailleurs venus **découvrir notre structure**.

Au programme de cette après-midi, visite dans nos parcelles avec Leonardo qui a pu répondre à toutes leurs questions sur les légumes de leurs paniers, de la conserverie avec Lisa et Mada, et bien sûr dégustation de jus de pomme et de confitures « La Cuisine des Potagers ».





## IMPORTANT



La Ferme des Potagers sera **OUVRETE** pendant les **FETES DE FIN D'ANNEE**. Si vous vous absentez, n'oubliez pas de faire **annuler votre panier** en nous communiquant vos dates, uniquement par mail à [l.gibou@pdm91.fr](mailto:l.gibou@pdm91.fr) (une confirmation de la bonne prise en compte de votre demande vous sera alors adressée) et **au plus tard le lundi 20 décembre** (passée cette date, pour une question d'organisation, nous ne pourrons plus annuler votre panier, merci de votre compréhension).

### A NOTER :

Pas de changement pour les paniers livrés sur les **points de dépôt** : ils seront livrés les **mercredis 22 et 29 décembre** aux lieux et horaires habituels, aucun changement également pour les paniers livrés les jeudis, les livraisons auront lieu aux jours et horaires habituels les **jeudis 23 et 30 décembre**.

**ATTENTION !** Pour les **retraits de paniers à Marcoussis**, les **samedis 25 décembre et 1er janvier étant fériés**, les paniers seront à retirer :

- les **jeudis 23 et 30 décembre**  
de **12 h à 19 h**
- les **vendredis 24 et 31 décembre**  
de **10 h à 13 h**

**Fermeture de la Ferme les vendredis à 13 h**

## La recette de la semaine

### Potée de poireaux



#### Ingrédients pour 4 pers. :

3 poireaux, 4 carottes, 4 pommes de terre, 500 g de céleri-rave, 1 oignon, 1 bouillon de légumes, 2 saucisses type Montbéliard, 400 g de poitrine de porc fumée, 1 càs d'huile d'olive, sel & poivre

#### Préparation :

Coupez les poireaux en rondelles (ôtez le bulbe et le bout des feuilles vertes) et nettoyez-les à l'eau claire pour enlever la terre.

Pelez les carottes, les pommes de terre, le céleri-rave et l'oignon et coupez-les en morceaux.

Faites chauffer l'huile dans une cocotte et faites blondir l'oignon 5 min. Ajoutez tous les légumes, les saucisses et la poitrine coupées en morceaux, faites revenir 5 min en remuant avant de recouvrir avec le bouillon de légumes.

Salez, poivrez, couvrez et faites cuire 40 à 50 min sur feu doux.

Rectifiez l'assaisonnement et servez la potée très chaude.

### Dans votre panier cette semaine

**Grand panier :** 1 kg de pommes de terre (chair ferme)\*, 1 kg de carottes\*, 700 g de courge, 1 chou pointu, 800 g de poireaux, 500 g de betteraves, 1 salade

**Petit panier :** 1 kg de pommes de terre (chair ferme)\*, 700 g de carottes\*, 800 g de poireaux, 500 g de céleri-rave

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

\*Ces légumes proviennent d'un maraicher en Agriculture Biologique autre que Les Potagers de Marcoussis

**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**

