

La Feuille de Chou

Lettre d'information aux adhérents

Chantier d'insertion par le maraichage biologique 8 décembre 2021 - n° 967



Bon plan



La boutique de la Ferme des Potagers a revêtu ses habits de fêtes ! Si vous êtes à la recherche d'idées cadeaux qui ont du sens, issues de l'Economie Sociale et Solidaire, vous pourrez y trouver des corbeilles de produits locaux « toutes prêtes » aux saveurs sucrées et salées ou à composer soi-même selon ses envies (conserves et bières artisanales, infusions de l'ESAT La Vie en Herbes, thés, miels locaux, pâtés et terrines, panettone...).



A noter, l'arrivée d'un nouveau producteur local : La Pierre Qui Tourne, une biscuiterie biologique et artisanale située en Picardie, qui propose un large choix de biscuits aux oeufs, beurre, farine et sucre d'excellente qualité, auxquels s'ajoutent un soupçon d'huiles essentielles et/ou une touche d'épices parfumées, seulement des ingrédients naturels et certifiés bio. Des biscuits nés d'une légende... qui raconte qu'au coeur de la forêt de Compiègne, il existe une pierre étrange au pied d'un arbre centenaire. Et si d'aventure, lors d'une nuit de Noël, vous venez à vous en approcher, peut-être sou-



dainement la verriez-vous tourner... C'est près de cette pierre curieuse que sont nés les personnages, mi-humains, mi-bêtes, qui inspirent ces biscuits singuliers : une girafe fantasque, un bélier un poil rustre ou un écureuil téméraire... Ces biscuits bio et locaux raviront à coup sûr les gourmands et les rêveurs !

En famille ou entre amis, Artisans du Monde vous proposent également de passer ces moments privilégiés de retrouvailles sous le signe de la solidarité, à l'image des valeurs défendues par le commerce équitable avec notamment une sélection de chocolat Fair Afric, une entreprise sociale germano-ghanéenne fondée en 2016 : ces chocolats bio sont produits et transformés au Ghana, créant un fort impact social. La transformation sur place et l'exportation de la tablette de chocolat emballée permettent de créer des emplois et de multiplier les revenus locaux. Bien que 70 % du cacao mondial soit cultivé en Afrique de l'Ouest, c'est la première fois qu'un chocolat de cette région est exporté en tant que produit fini. Une raison de plus de glisser ces tablettes au pied du sapin !



Mais aussi tout l'artisanat d'Artisans du Monde : objets décoratifs, vaisselles, bijoux, étoles, maroquinerie, jeux, jouets... ou encore des tabliers pour adultes et enfants pour cuisiner ou jardiner aux couleurs des Potagers et de la Conserverie, des totes bags en coton bio, etc.



A la boutique de la Ferme, des idées cadeaux originales et solidaires pour les gourmands, les curieux, les petits et les grands... et pour tous les budgets !

Sur le chemin de l'insertion

Osman et Hussein, arrivés aux Potagers le 15/06/2020 avec tous les deux un projet professionnel dans le bâtiment, ont débuté courant octobre un CDPI (Contrat de Développement Professionnel Intérimaire) d'ouvrier polyvalent du BTP qui sera suivi d'une mission sur chantier de février à août 2022.



Hussein, à droite

Osman, à gauche

Le CDPI a pour but de permettre à un salarié intérimaire, peu ou pas qualifié, d'accéder à un **premier niveau de qualification** ou à une **qualification différente, voire complémentaire** en vue de développer ses opportunités d'emploi.

Humando insertion Massy, Essonne mobilité, la Faculté des Métiers Essonne, le Lycée professionnel Gustave Eiffel et la MEIF Paris-Saclay se sont associés dans le montage de cette formation d'ouvrier.e polyvalent.e du bâtiment qui permettra aux participants de **s'intégrer facilement sur les chantiers du bâtiment et des travaux publics**.

Afin de favoriser l'employabilité des participants, la formation d'ouvrier.e polyvalent.e est complétée par un **passage du code de la route** (49 heures) via une **formation Français Langue Étrangère** (175 heures) suivi d'une **formation d'adaptation au poste d'ouvrier.e polyvalent.e du bâtiment** (210 heures). Les participants sont rémunérés à hauteur du SMIC.

La recette de la semaine

Soupe au chou



Ingrédients pour 4 pers. :

1 chou, 2 carottes, 1 poireau, 2 pommes de terre, 40 g de beurre, 1 cube de bouillon de volaille ou de légumes, sel & poivre

Préparation :

Après avoir ôté le trognon, coupez le chou en quatre et rincez-le. Faites bouillir une grande casserole d'eau salée. Plongez les quartiers de chou. Portez à ébullition 5 min. Mettez le chou dans une passoire et passez-le sous l'eau froide. Egouttez et émincez finement.

Epluchez les carottes et les pommes de terre. Rincez-les et découpez-les en cubes.

Fendez le poireau en quatre, rincez-le et émincez-le. Faites dissoudre le bouillon de volaille dans 1 litre d'eau bouillante.

Dans une cocotte, faites chauffer 30 g de beurre, ajoutez le poireau et faites étuver 5 min. Ajoutez le chou, les carottes, les pommes de terre et poivrez.

Versez le bouillon et laissez cuire 30 min à couvert.

Ajoutez le reste du beurre avant de servir (vous pouvez mixer la soupe ou non).

Dans votre panier cette semaine

Grand panier : 1 kg de pommes de terre (chair ferme)*, 1 kg de carottes*, 1 chou de pontoise, 800 g de poireaux, 500 g de céleri-rave, 500 g d'oignons, 1 salade

Petit panier : 1 kg de pommes de terre (chair ferme)*, 1 kg de carottes*, 800 g de poireaux, 500 g d'oignons

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

