

## INVITATION RANDONNEE A LA DECOUVERTE DES POTAGERS

La Ferme des Potagers de Marcoussis et l'ASM Randonnée vous proposent une randonnée pédestre dans nos parcelles (parcours en boucle de 8,5 km de la Ferme aux Arrachis) :

**samedi 14 mai**

Rendez-vous à 9 h15 sur le parking de la Ferme (chemin du Regard à Marcoussis) et départ à 9 h30 précises.

Retour estimé vers 12 h et dégustation de jus de pomme de notre conserverie pour les randonneurs.

Prévoyez des vêtements et des chaussures adaptés à la météo et à la randonnée ainsi qu'une bouteille d'eau. Cette animation gratuite est ouverte à tous, parlez-en autour de vous : au plaisir de vous retrouver ce samedi 14 mai !



Photos A.Zuliani lors de la rando du 02/10/21

## La recette de la semaine

Gâteau léger au fromage blanc et sucre blond de fleur de coco

Ingrédients en vente à la boutique de la Ferme :

3 oeufs (des petites cocottes d'Edith), 250 g de fromage blanc (de la Bergerie Nationale de Rambouillet), 70 g de sucre de fleur de coco et 1 càs de sucre roux (d'Artisans du Monde), 25 g de farine (des Fermes Vandame ou du Colombier), 1 pincée de sel, huile de tournesol pour le moule (de La Fabrique Végétale)



Préparation : Préchauffez le four à 180°C.

Séparez le blanc des jaunes.

Mélangez les jaunes avec 55 g de sucre de fleur de coco pendant quelques min. Ajoutez la farine tamisée, la pincée de sel puis le fromage blanc et bien mélanger jusqu'à ce que le mélange devienne homogène.

Montez les blancs en neige en y ajoutant la cuillère à soupe de sucre .

Incorporez en plusieurs fois les blancs au mélange à base de fromage blanc, en les enrobant et soulevant la pâte délicatement.

Huilez un rond et haut puis saupoudrez le fond et les bords du moule du restant de sucre de fleur de coco. Versez la pâte dans le moule puis enfourner 30 à 35 min. Laissez refroidir avant de démouler puis réservez au frais avant de déguster.

## Notre boutique à la Ferme reste ouverte !

Comme vous le savez, pas de panier pendant 4 semaines (reprise des livraisons semaine prochaine) mais notre boutique reste ouverte, venez-nous voir et faites le plein de légumes et fruits frais, bio et de saison : radis roses, asperges, avocats, blettes, épinards, choux-fleur, salades, pommes de terre, carottes, pommes, poires, kiwis, agrumes, bananes (commerce équitable)... et aussi pains, fromages, oeufs extra-frais, produits céréaliers (farine, lentilles, pois cassés, etc.), produits laitiers (fromages vache et chèvre, yaourts, lait, etc.), bières et cidres... et nos conserves artisanales : jus de pomme, compotes, soupes et veloutés, ratatouille...

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