

Les Potagers en images

Les fortes températures que nous subissons actuellement et ce, depuis début juillet, ne sont pas sans conséquence pour nos salariés en insertion et encadrants-maraichers qui travaillent dans les parcelles en plein soleil. Ces **chaleurs supérieures à 30°C** (et bien plus importantes encore dans les serres) peuvent **mettre à mal les organismes** et sont difficilement supportables dans la durée. C'est la raison pour laquelle, soucieux de la santé de nos salariés, nous veillons à ce que chacun ait à sa disposition de **l'eau fraîche** (un ravitaillement est proposé à ceux qui travaillent sur les parcelles éloignées de la Ferme) et puisse faire des **pauses régulières à l'ombre**. Nous avons également **allégé le temps de travail** les jours de canicule : leurs journées se terminent alors au maximum à 15 h (au lieu de 16 h/16 h30) afin qu'ils rentrent plus tôt chez eux pour prendre une bonne douche bien méritée ! Cette heure non-travaillée est bien évidemment **offerte donc rémunérée**.



Si les humains souffrent de la chaleur, c'est moins vrai pour les **légumes d'été** pour qui un petit arrosage régulier suffit à leur **épanouissement** ! Léonardo, encadrant-maraicher (*photo ci-dessus*), n'a **pas de perte de légumes** à signaler cette saison (hormis les pastèques que nous auront en petite quantité car elles ont subi une attaque d'acariens qui ralentissent leur développement) comparativement à

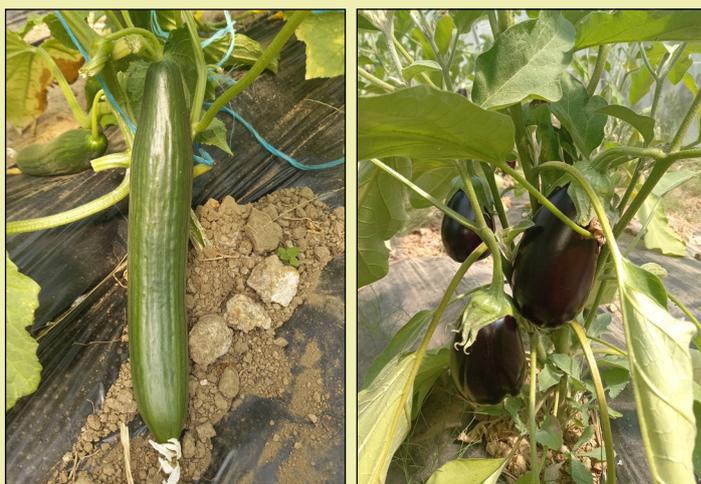
l'été dernier qui avait été très pluvieux et peu ensoleillé : une calamité pour le maraichage car les sols humides entraînent la prolifération de maladie et autres champignons néfastes pour les végétaux !

Un **retard dans les plantations** des légumes d'automne est cependant à prévoir car il n'est pas possible, à ce jour, en raison de la sécheresse des sols, de planter de jeunes pousses.

Quant à elles, nos **tomates** (marmande, cœur de bœuf, cerise, etc.) en serre et de plein champs **se portent à merveille** !



A venir : **poivrons, concombres, aubergines...**



... Et les **melons** !



Quoi de neuf à la boutique ?

La gamme des produits de l'ESAT La Vie en Herbes s'est étoffée à la boutique de la Ferme et nous avons (presque) toutes leurs tisanes et herbes aromatiques !

La Vie en Herbes s'engage pour la nature avec une **production bio et locale**. C'est aussi un **projet solidaire** qui promeut **l'insertion professionnelle de personnes en situation de handicap** dont le travail de qualité fait la réputation et le succès de leurs tisanes.

Une partie de la production se fait à l'ESAT situé **Chemin des Bieds à Marcoussis** (nous sommes voisins et partenaires de longue date) : les travailleurs ont ainsi une vision globale du process (semis, culture et récolte des plantes, tri, séchage, mise en sachet, etc.) et expérimentent avant de choisir l'atelier dans lequel ils peuvent le mieux exercer leurs compétences.

En dehors de cette production locale, la majorité de leurs plantes proviennent de **régions françaises**. Quelques-unes, plus spécifiques, sont importées comme le maté du Brésil ou la badiane du Vietnam en **commerce équitable** (travail direct avec le producteur, rémunération juste, favorise l'emploi de personnes en situation de handicap, etc.).



La recette de la semaine

Tartare de tomates et courgettes au basilic



Ingrédients pour 4 pers. : 3 tomates, 1 courgette, 1 oignon botte, 1 gousse d'ail, 3 feuilles de basilic, 1 càs vinaigre balsamique (ou le jus d'un citron), 1 càs d'huile d'olive, sel & poivre

Préparation : Coupez les tomates en 2 et les vider avec une petite cuillère avant de les couper en brunoise (très petits dés).

Coupez la courgette en brunoise également.

Emincez très finement l'oignon et le basilic.

Pelez et dégermez l'ail avant de l'émincer.

Mettez les tomates, les courgettes, les oignons, le basilic et l'ail dans un saladier.

Versez le vinaigre balsamique et l'huile d'olive, mélangez et réservez au frais au moins une heure.

Ce tartare pourra être servi dans des verrines ou accompagnera une grillade, du riz ou du boulgour ou bien sur une tranche de pain avec une chiffonnade de jambon... les idées ne manquent pas pour manger frais !

Dans votre panier cette semaine

Grand panier : 1 kg g de courgettes, 600 g d'aubergines, 500 g de poivrons, 1 concombre, 1 kg de tomates, 1 salade, 500 g de tomates cerise

Petit panier : 1 kg de courgettes, 1 fenouil, 1 kg de tomates, 500 g de tomates cerise

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

