

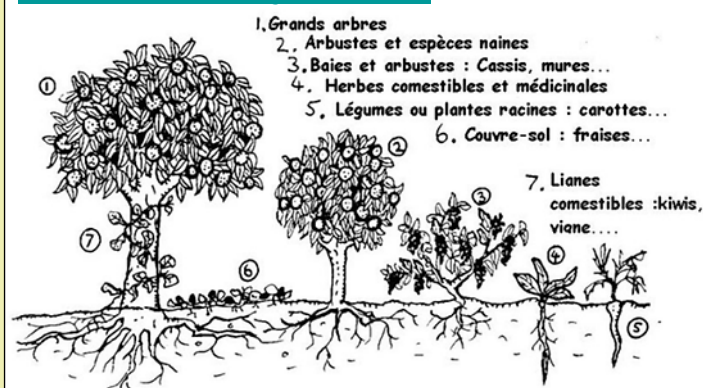


Appel aux votes !

Lors de notre dernière assemblée générale, Paul-Edouard PROUVOST, directeur de la Ferme, a exposé notre projet de création d'un **Jardin-Forêt** à proximité de la Ferme : vitrine des pratiques agricoles innovantes, véritable havre de paix foisonnant de biodiversité, le Jardin-Forêt n'est rien d'autre qu'un potager à l'image d'une forêt !

Ce système agricole est basé sur la **polyculture**, la **biodiversité**, l'augmentation de la **fertilité des sols** et la production d'un large **assortiment de végétaux comestibles**.

Les 7 strates d'un jardin-forêt :



« **Personne ne fertilise ou n'irrigue une forêt. La forêt est autonome. Si vous êtes capable de recréer une forêt nourricière alors votre principal effort sera d'en récolter les fruits.** » disait Robert HART, pionnier des Jardins-Forêt en climat tempéré.

Concrètement, il s'agit de **recomposer les différentes étapes d'une forêt avec des comestibles**. Grâce à cette méthode, l'effort est moindre. L'énergie à

fournir est importante au départ, mais une fois le système établi, il n'en nécessite quasiment plus.

Pour la Ferme des Potagers, l'objectif de cette forêt nourricière est double :

- **développer notre production** de légumes et fruits biologiques tout en participant au développement de **pratiques agricoles innovantes**,
- créer un très beau support pour l'organisation d'**ateliers pédagogiques** auprès des enfants des communes avoisinantes afin de les sensibiliser sur la nécessaire transition écologique, la préservation de la biodiversité et des pratiques agricoles durables.

Pour multiplier nos chances de parvenir à la création de ce Jardin-Forêt, nous avons choisi de présenter notre projet au **budget participatif, écologique et solidaire de la Région Île-de-France**.

Ce budget participatif invite associations, collectivités, structures publiques ou privées, ou toute personne morale, à soumettre leurs projets au vote des Franciliens, dans l'une des 6 thématiques environnementales définies. **Si notre projet est plébiscité par les votants, nous pourrions bénéficier d'un financement de 2000 euros** (montant défini selon des barèmes préétablis couvrant les dépenses d'investissement).

Le **vote aura lieu du 5 au 25 septembre**, merci de nous apporter **votre soutien en cliquant sur le lien ci-dessous** et n'hésitez pas à partager l'info ;))

Je vote pour la forêt nourricière de la Ferme des Potagers de Marcoussis



Zoom sur les pommes bio de l'Allée Royale



Depuis plusieurs années notre partenaire, **l'Agence des Espaces Verts***, nous autorise à récolter les belles pommes bio du verger de l'Allée Royale de Melun-Sénart dont elle gère l'entretien.

Ces **pommes bio et rustiques** sont majoritairement destinées à être transformées en **jus de pommes et compotes** dans notre conserverie mais nous avons mis les plus belles dans **vos paniers** de la semaine dernière.



**Fondée en octobre 1976, L'Agence des Espaces Verts est née au cours d'une période de grandes transformations urbaines pour préserver le patrimoine naturel régional menacé par la poussée de cette urbanisation croissante et concilier les espaces naturels et forestiers avec ces aménagements.*

La recette de la semaine

Risotto au fenouil et à la courgette



Ingrédients pour 4 pers. : 300 g de riz à risotto, 1 oignon, 1 bulbe de fenouil, 1 courgette, 2 cubes de bouillon aux légumes, huile d'olive, 1 gousse d'ail, sel & poivre

Préparation :

Emincez l'oignon, l'ail, la courgette et le bulbe de fenouil préalablement lavés en petits dés.

Dans une casserole, faites chauffer 1 càs d'huile d'olive puis ajoutez les légumes et faites revenir avant d'ajouter le riz cru. Mélangez bien.

Dans une autre casserole, préparez le bouillon de légumes.

Lorsque le bouillon est bouillant et que le riz est transparent, ajoutez 2 à 3 louches du bouillon sur le mélange riz/légumes, mélangez bien jusqu'à absorption du liquide et recommencez l'opération jusqu'à cuisson complète du riz.

Rectifiez l'assaisonnement avec sel et poivre.

Dans votre panier cette semaine

Grand panier : 800 g de courgettes, 500 g d'oignons, 500 g de poivrons, 500 g de pommes rustiques*, 1 fenouil, 1 concombre, 1 kg de tomates

Petit panier : 700 g de courgettes, 500 g d'aubergines, 400 g d'oignons, 1 concombre, 500 g de tomates, 1 botte de persil

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

*Ces pommes bio proviennent de l'allée Royale, à Melun Sénart, gérée par l'AEV (Agence des Espaces Verts)

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

