



15 FEVRIER 2023 - N° 1015

# La Feuille de Chou

LETTRE D'INFORMATION AUX ADHERENTS  
CHANTIER D'INSERTION PROFESSIONNELLE



## Offre de parrainage : c'est vous qui parlez le mieux de nous !

Faites découvrir notre abonnement aux paniers de légumes bio, locaux et solidaires en parrainant vos proches, amis, collègues, voisins...

Vous avez fait le choix de devenir adhérent(e) à La Ferme des Potagers de Marcoussis et nous vous en remercions.

Grâce à votre abonnement, ce sont **plus de 50 salarié(e)s en insertion** qui retrouvent un emploi dans un cadre adapté tout en bénéficiant d'un **accompagnement socioprofessionnel individualisé** afin qu'ils reprennent confiance en leurs compétences et ainsi faciliter leur retour sur le marché du travail. Vous soutenez une **Economie Sociale et Solidaire** qui replace l'individu au centre de l'activité (plus d'un salarié sur deux retrouvent un emploi ou intègrent une formation à l'issue de son parcours d'insertion dans notre structure) et qui **préserve notre environnement et notre santé** par la pratique de l'**agroécologie** pour nos productions maraichères.

En tant qu'adhérent(e), vous connaissez nos valeurs, nos actions, nos produits : parlez-en autour de vous, **aidez-nous à nous faire connaître !**





Comme vous l'avez vu sur le flyer distribué la semaine passée, pour tout **abonnement souscrit** grâce à votre parrainage, nous vous offrirons une **corbeille garnie de nos conserves artisanales**.



Il vous suffit d'inviter votre filleul(e) à renseigner vos nom et prénom sur le bulletin d'adhésion en réponse à la question **"Etes-vous parrainé(e) par un(e) adhérent(e) ?"** (voir le bulletin d'adhésion joint à la Feuille de Chou).

Nous vous remercions de **vos engagement** et de **vos soutien** !

RECOMMANDEZ-NOUS !



## Retour en images

Vendredi 03 février, la Ferme des Potagers de Marcoussis a été invitée à venir présenter ses activités (maraichage biologique, conserverie artisanale, etc.) et ses actions en faveur de ses salarié(e)s en insertion à la **Sirène sur l'Ecole**, le **café associatif** de Marcoussis situé promenade Victor Hugo (derrière la mairie - près de la médiathèque). Un lieu convivial, ouvert à tous, que vous aurez plaisir à découvrir ! Infos : [www.lasirenesurlecole.fr](http://www.lasirenesurlecole.fr)



## La recette de la semaine

### POMMES DE TERRE & RADIS NOIRS SAUTES A L'AIL

Portez à ébullition une casserole d'eau.

Pelez et coupez en cubes de tailles similaires **500 g de pommes de terre** et **500 g de radis noirs**.

Ajoutez **1 cac de sel** dans l'eau puis les légumes et cuire 10 min.

Egouttez et rincez sous l'eau froide.

Mettez une cocotte sur le feu, versez **3 càs d'huile d'olive** et ajoutez **2 gousses d'ail** hachées et **2 oignons rouges** émincés.

Saupoudrez d'une pincée de sel puis ajoutez les légumes.

Bien mélanger et laissez cuire 15 à 20 min en remuant de temps en temps jusqu'à ce qu'il soient dorés.

Ajustez l'assaisonnement et servez chaud.

## Composition des paniers

**Grand Panier** : 1 kg de pommes de terre\*, 1 kg de carottes\*, 800 g de poireaux, 500 g d'oignons, 500 g de radis noirs, 150 g de mâche, 1 salade

**Petit Panier** : 1 kg de pommes de terre\*, 1 kg de carottes\*, 500 g de radis noirs, 1 botte de roquette

\*Ces légumes proviennent d'un maraicher en agriculture biologique autre que la Ferme des Potagers de Marcoussis



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

Retrait des paniers à la Ferme : vendredi de 12 h à 19 h - samedi de 10 h à 12 h30

