

# La Feuille de Chou

LETTRE D'INFORMATION AUX ADHERENTS  
CHANTIER D'INSERTION PROFESSIONNELLE



## La lutte contre la sécheresse s'organise à la Ferme

### Etat d'alerte et vigilance sécheresse en Essonne

Les conditions météorologiques actuelles sont marquées par un **déficit hydrique persistant**. Les débits des cours d'eau atteignent pour certains des niveaux préoccupants et les seuils imposent la prise de **mesures de restrictions des usages de l'eau**. C'est la raison pour laquelle, depuis la mi-juin, la préfecture de l'Essonne a placé plusieurs communes, dont Marcoussis, en **état d'alerte et vigilance** et des mesures de restrictions sont en places afin de préserver les ressources en eau car cette sécheresse pourrait persister, voire s'aggraver...

L'état d'alerte impose des restrictions aux usages domestiques, **agricoles**, commerciaux ou industriels de l'eau lorsqu'elle provient directement des rivières, des plans d'eau ou du sous-sol. Des sanctions peuvent être appliquées en cas du non-respect de ces mesures de restriction.

Pour les agriculteurs, il est **interdit** jusqu'à nouvel ordre d'irriguer par **aspersion des cultures de 11h00 à 18h00** et totalement interdits le dimanche. L'irrigation par **goutte-à-goutte reste autorisée** sans restriction : c'est un système plus économe, l'eau étant dirigée et maintenue sous les bâches, directement **aux pieds des légumes**, il n'y a pas d'évaporation donc **pas de perte**.

C'est ce système de goutte-à-goutte que nous utilisons dans nos serres.



Dans les parcelles, l'aspersion est utilisée avec parcimonie, dans la matinée et jusqu'à 11 h au plus tard, pour venir en aide à nos jeunes **plants de brocolis** qui **souffrent du manque de pluie**.

Nos 40.000 pieds de poireaux doivent se débrouiller seuls sur notre parcelle près de l'ESAT car nous n'avons **pas d'accès à l'eau** sur ce site mais nous ne sommes pas inquiets pour eux à ce jour.



Dans notre pépinière aux Arrachis, les plants des **légumes d'automne** (il faut toujours avoir une saison d'avance) sont régulièrement arrosés en attendant d'être mis en terre... ce qui ne peut pas être fait tant que le sol n'a pas été **ameubli par une bonne pluie**.



Fort heureusement, notre **production d'été est déjà bien lancée** et vous avez régulièrement dans vos paniers nos **courgettes et concombres...** et bientôt **nos tomates !**



Les **aubergines** sont encore en fleurs et les **poivrons** de plein champ se développent et profitent de l'ombre des arbres fruitiers ! Vous les retrouverez dans vos paniers dans le courant du mois d'août.

## Tournage à la Ferme



Nous avons accueilli une équipe de tournage de l'émission "**Silence, ça pousse**", diffusée sur France 5, venue réaliser un film sur Elise, créatrice de la marque LISSIP dont les sirop de fruits sont produits par les équipes de **notre conserverie**. Nous vous tiendrons informés de la date de diffusion de ce reportage lorsqu'elle nous sera communiquée.

## La recette de la semaine

### FÈVES AU THYM

Nos **fèves sont déjà écosées** cette semaine, on peut donc passer directement à l'étape suivante : faites chauffer de l'eau salée dans une casserole. Lorsque l'eau est à ébullition, trempez et cuisez les fèves pendant 3 à 4 min. Surveillez la cuisson, les fèves doivent être tendres mais pas décomposées.

Egouttez les fèves, rincez-les à l'eau froide puis dérobez-les (c'est-à-dire enlever la peau car la pellicule blanche ne se mange pas).

Dans la même casserole, videz toute l'eau, faites fondre une **noisette de beurre**, ajoutez les fèves, **1/2 càc de thym** (ou une branche), 1 càs de **crème fraîche**, sel & poivre.

Laissez mijoter les fèves au thym environ 6 min à feu doux en remuant régulièrement.

Dégustez les fèves bien chaudes en accompagnement d'une viande ou d'un poisson grillé, par exemple ou avec du riz ou boulgour en version végétarienne.

### Composition des paniers

**Grand Panier** : 800 g de courgettes, 250 g de fèves écosées, 1 chou pointu, 1 botte d'oignons nouveaux, 1 concombre, 500 g de tomates cerise, 2 salades

**Petit Panier** : 600 g de courgettes, 250 g de fèves écosées, 1 concombre, 1 salade



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

