

La Feuille de Chou

LETTRE D'INFORMATION AUX ADHERENTS
CHANTIER D'INSERTION PROFESSIONNELLE



Préparation de nos parcelles à l'arrivée du Printemps

Préparation des sols et début des plantations

Le début de cette année 2024, et notamment le mois de février, a connu des **averses de pluie quotidiennement** et parfois de forte intensité. Les parcelles de plein champs sont détrempées et ne peuvent accueillir de jeunes plants actuellement.

Le **travail de préparation des sols** a cependant été réalisé : bêchage puis épendage de fumier, de compost, de drêche et paillage pour éviter que ces matières organiques ne sèchent (dans les serres), ce qui freinerait l'assimilation des nutriments par le sol.



Dans notre pépinière, les jeunes plants ont bénéficié des bons soins de nos salariés et de leurs encadrants : ils ont bien prospéré et attendent d'être plantés.

S'il faudra attendre encore un peu en plein champs que les sols sèchent, les plantations ont démarré dans les serres et elles sont déjà bien remplies.





Cette année, nous avons complété les engrais biologiques par l'apport d'**engrais vert** : des fèves et pois avaient été plantés dans le but d'être enfouis dans la terre, encore verts, pour **améliorer** la **structure du sol** et sa **fertilité**. De jeunes navets poussent dans cette parcelle et devraient être dans vos paniers avant la césure prévue fin avril.

*Ces belles photos ont été réalisées par Sara, salariée en insertion : **merci Sara** !*



La recette de la semaine

SOUPE DE POIREAUX, RADIS NOIR & POMME DE TERRE

Enlevez les feuilles vertes de **3 poireaux** (mais ne les jetez pas, vous pourrez faire une autre recette avec : risotto ou tarte par exemple), coupez-les en rondelles et rincez-les.

Épluchez, rincez et coupez en petits dès **1 pomme de terre** et **1 radis noir**.

Dans une grande casserole, mettez les légumes et 1 cube de bouillon de légumes bio, recouvrez d'eau et faites bouillir.

Après ébullition, laissez cuire à feu doux et à couvert, durant 20 à 25 minutes.

Mixez avant de servir, vous pouvez ajouter **1 cas de crème fraîche**, mélangez bien !

Composition des paniers

Grand Panier : 1 kg de pommes de terre*, 500 g de poireaux, 500 g de radis noirs, 400 g d'oignons, 1 botte de blette, 1 botte de roquette, 1 00 g de mâche, 1 botte de ciboulette

Petit Panier : 1 kg de pommes de terre*, 500 g de poireaux, 500 g de radis noirs, 1 salade

**ces légumes proviennent d'un maraîcher 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

