



8 janvier 2025 - n° 1090

La Feuille de Chou

LETTRE D'INFORMATION AUX ADHERENTS
CHANTIER D'INSERTION PROFESSIONNELLE

Travaux d'hiver divers

L'hiver, une période pour préparer la saison suivante

Le travail des maraichers et des agriculteurs est sans relâche car rythmé par les saisons. Cependant, en hiver, le travail du sol est difficile voire impossible (terre boueuse ou gelée - photo ci-dessous prise derrière la Ferme vendredi matin), c'est une **période de "dormance"** : les activités sont alors recentrées sur des missions d'entretien.



L'hiver laisse le temps de **préparer la saison suivante**. Et, pour être fin prêt dès que le printemps arrive et que les premiers rayons de soleil réchauffent la terre, cette période de transition, entre les mois de novembre et de février, est idéale pour réparer les outils et le matériel agricole.

Les métiers de la terre exigent une grande polyvalence dans les différentes tâches à accomplir et il faut plus d'une corde à son arc pour entretenir tous les matériels et les espaces de vie : un retour en image sur quelques activités entreprises par les encadrants et nos salarié(e)s en insertion.



Réfection complète de l'escalier donnant accès à la boutique de la Ferme.

Réfection complète de l'escalier donnant accès à la Ferme et au bureau des encadrants maraichers.

Lasure de la passerelle extérieure donnant accès aux vestiaires.



Nettoyage et entretien de notre véhicule de livraison.



Rangement du hangar et inventaire de nos conserves artisanales.

D'autres activités ont également été menées : nettoyages des abords de la Ferme, nettoyage des parcelles et des serres des Arrachis, réaménagement de l'espace de préparation des paniers, etc.

Et d'autres sont encore à venir : inventaire complet des produits de la boutique, préparation des semis dans la pépinière, etc.

On ne s'ennuie jamais à la Ferme !

Ouverture mensuelle de la boutique en ligne

Commandez, c'est livré !

Chaque début de mois, nous proposons à nos adhérent(e)s qui reçoivent leurs paniers sur un point de dépôt autre que Marcoussis, et qui n'ont donc pas accès à la boutique de la Ferme, de **compléter leur panier hebdomadaire**.

La boutique en ligne est ouverte à partir de ce mercredi 8 janvier et vous avez la possibilité de **commander jusqu'au lundi 13 janvier**.

Livraison de votre commande **mercredi 15 et jeudi 16 janvier** sur votre point de dépôt habituel en même temps que votre panier mais dans un **sac ou carton nominatif à part** .

Sélection de **fruits et légumes** bio et de saison, **miels** , **pains** et **œufs** bio et bien sûr nos conserves bio artisanales "**La cuisine des Potagers**" : pesto basilic & noisette, soupes, veloutés, ratatouille, compotes, coulis de tomates, jus et sirops de fruits, gaspacho, tartinades de légumes, confitures, etc.

Nous vous proposons également quelques produits encore un peu dans l'esprit Noël mais dont on ne se lasse pas : **Panettone et Thé vert** d'Artisans du

Monde, **biscuits** de la Pierre qui Tourne et des **PROMO sur une sélection de conserves artisanales** qui ont une DDM (Date de Durabilité Minimale) courte et que vous pouvez consommer même **bien après que la date soit dépassée** sans aucun risque pour la santé : **une achetée = une offerte**, ne manquez pas cette offre de début d'années ;))



Pour consulter les produits proposés et/ou passer commande, rendez-vous sur votre espace Adhérent (*votre identifiant est votre adresse mail et votre mot de passe est votre nom de famille TOUT en majuscule*) du logiciel CocagneBio et cliquez sur **"Passer une commande"**.

Le montant de votre commande sera prélevé en fin de mois en même temps que le prélèvement des paniers.

Pour toute question, contactez Laure au 01 64 49 52 80 ou l.gibou@pdm91.fr

La recette de la semaine

Mijoté de Lentilles et Pommes de terre



Faites revenir dans un faitout ou une sauteuse huilée, **2 gousses d'ail** et **1 oignon** émincés, **2 pommes de terre** épluchées et coupées en gros cubes, **100 g de lardons fumés** (facultatifs) et une **petite boîte de tomates concassées bio** et laissez mijoter 5 minutes.

Ajoutez **2 càc d'épices** de votre choix ou d'herbes de provence.

Versez 400 g de lentilles et laissez cuire encore 5 minutes en remuant avec une cuillère en bois.

Ajoutez **1 grand verre d'eau** et **2 feuilles de laurier**.

Laissez cuire à feu moyen 40 minutes environ, jusqu'à ce que les lentilles et les pommes de terre soient tendres. Rajoutez de l'eau pendant la cuisson si nécessaire et salez selon votre goût.

Composition des paniers

Grand Panier : 1 kg de pommes de terres* (toute consommation), 700 g de poireaux, 500 g de radis, 1 chou ou 350 g de chou de Bruxelles, 1 boîte de pourpier, 150 g de mâche, 1 salade

Petit Panier : 1 kg de pommes de terres* (toute consommation), 400 g de lentilles*, 1 boîte de roquette, 1 salade

**ces légumes proviennent de producteurs Bio et en circuit-court*

Horaires d'ouverture de la boutique :

mercredi et jeudi de 10 h à 18 h vendredi de 10 h à 19 h

samedi de 9h30 à 13h

Retrait des paniers à la Ferme :



vendredi de 12h à 19h
samedi 10h à 12h30



Cofinancé par
l'Union européenne

LA FERME DES POTAGERS DE MARCOUSSIS

Chemin du Regard, 91460 MARCOUSSIS - Tél. : 01.64.49.52.80

Directeur de la publication : Denis DUCHEMIN - Rédactrice : Laure GIBOU

Courriel : l.gibou@pdm91.fr - site : www.lespotagersdemarcoussis.org

[Facebook](#) - [Insta](#)

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}
Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Se désinscrire](#)

