



5 mars 2025 - n° 1097

# La Feuille de Chou

LETTRE D'INFORMATION AUX ADHERENTS  
CHANTIER D'INSERTION PROFESSIONNELLE

## Quoi de neuf à la boutique ?

### **Un nouveau producteur bio et local... et du vin solidaire !**

Nous sommes très heureux d'accueillir à la boutique de la Ferme un nouveau producteur en agriculture biologique et local : la **Ferme du Chardonnet** située à Forges-les-Bains (91). Depuis 4 générations, les membres de la famille se transmettent la passion d'un métier, la connaissance d'un terroir et un savoir-faire agricole respectueux de l'environnement.

**Vincent LEPRINCE** y cultive des céréales et légumineuses Bio dont nous vous proposons une sélection : **huile de tournesol**, **huile de colza** et **huile de Cameline** (en grand et petit format) et des **lentilles vertes** ou **mélangées**.



Depuis 1 an déjà, nous vous proposons également une sélection de **vins bio et solidaires** du **Domaine de Mirabeau - Vigne de Cocagne** : la première exploitation viticole d'insertion sociale et professionnelle de France, située à Fabrègues (34).



Salariés en insertion et encadrants cultivent 12 hectares de vignes entourées de garrigue, de chênes verts et d'oliviers.



Toutes leurs parcelles sont taillées, ébourgeonnées et vendangées à la main. Ils n'utilisent ni désherbant, ni insecticide et tous leurs vins sont certifiés AB.



Le Cinsault est le cépage roi mais ils ont aussi replanté de vieux cépages languedociens comme le Bourboulenc, le Terret Bourret ou le Piquepoul noir.

L'équipe vinifie 11 cépages différents avec un minimum d'intervention en cave pour laisser s'exprimer toute la richesse du terroir de la Gardiole

Tout comme la Ferme des Potagers de Marcoussis, également membre du Réseau Cocagne, l'objectif du Domaine de Mirabeau est l'**insertion professionnelle** : accompagner des personnes éloignées de l'emploi en quête d'un nouvel élan, les former aux métiers de la vigne (secteur d'activité qui recrute dans cette région) et ouvrir davantage la profession aux femmes.

Nous sommes très heureux d'accueillir leur **vins bio créateurs de vocations et passeurs de savoir-faire** à la boutique de la Ferme et pour vous faire découvrir leur nouveauté : "**Tour de main**" nous organisons une

## DEGUSTATION

**Vendredi 7 mars**

**de 12 h à 14 h et de 17 h à 19 h**



## 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 5 mars et vous avez la possibilité de **commander jusqu'au lundi 10 mars**.

**Livraison** de votre commande **mercredi 12 et jeudi 13 mars** 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... Et nos **nouveautés** : Ketchup, Velouté de pleurotes, Houmous de courgette et Jus de tomates (25 cl).



Nous vous proposons également des produits "**Epicerie**" de différents producteurs et bien sûr les **huiles** et **lentilles** de la **Ferme de Chardonnet** ainsi que les **vins bio et solidaires** du **Domaine de Mirabeau** (cependant, ces vins ne pourront pas être commandés par les adhérents dont le point de dépôt est une **Cave à Vins** comme à **Nozay** ou **Bures-sur-Yvette**, nous vous remercions de votre compréhension).



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](mailto:l.gibou@pdm91.fr)



## La recette de la semaine

### Soupe de Mâche





Emincez **1 oignon** et **1 échalote**, faites-les blondir dans un faitout beurré ainsi que **150 g de mâche** lavée et essorée, pendant environ 5 min.

Pendant ce temps, pelez **2 pommes de terre**, coupez-les en dés et ajoutez-les dans le faitout. Recouvrez avec 1 litre d'eau, faites bouillir puis laissez cuire à feu très doux 30 min.

Pendant que la soupe cuit, faites frire des petits morceaux de 2 poitrines fumées à la poêle (facultatif) et/ou des petits morceaux de **pain de mie** dans du beurre pour en faire de petits croûtons pour une version végétarienne.

Ajoutez **1 càs de crème fraîche** à la soupe en fin de cuisson, assaisonnez puis mixer le tout.

Servez dans des bols avec les croûtons et/ou les lardons.

## Composition des paniers

Grand Panier : 1 compote pomme-vanille (DDM courte mais à consommer sans crainte pour la santé), 1 kg de pommes de terres\* (toute consommation), 1 kg de pommes\*, 500 g de poireaux, 150 g de mesclum de roquette et moutarde, 150 g de mâche, 1 salade

Petit Panier : 1 compote pommes-vanille (DDM courte mais à consommer sans crainte pour la santé), 1 kg de pommes de terres\* (toute consommation), 150 g de mâche, 1 botte de roquette

*\*ces légumes et fruits proviennent de producteurs Bio et locaux*

### 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](mailto:l.gibou@pdm91.fr) - site : [www.lespotagersdemarcoussis.org](http://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](#)

