



13 août 2025 - n° 1116

La Feuille de Chou

LETTRE D'INFORMATION AUX ADHERENTS
CHANTIER D'INSERTION PROFESSIONNELLE

Focus sur l'activité estivale de notre conserverie artisanale

Production intense pendant l'été !

L'été est la période la plus chargée de l'année pour l'équipe de la conserverie : l'activité bat son plein et le planning de production est bien rempli. Mada, responsable de la production des conserves, et Mimouna, aide-encadrante, ne sont pas trop de deux pour alterner, avec leur équipe de salarié(e)s en insertion, les différentes prestations de :

- **Travail A Façon** (TAF), prestation de service qui consiste à transformer la surproduction de fruits et/ou légumes d'autres maraichers qu'ils commercialisent ensuite eux-mêmes en apposant sur les conserves les étiquettes à leur noms,
- réalisation de **nos conserves artisanales** pour notre marque propre "**La Cuisine des Potagers**" que vous pouvez retrouver dans notre boutique à la Ferme, dans notre boutique en ligne (*ouverte une fois par mois pour les adhérent(e)s livré(e)s sur nos points de dépôt via la Feuille de Chou*) ou encore chez nos partenaires distributeurs.



C'est donc actuellement que sont mitonnées nos fameuses recettes d'été : tartinades, gaspacho, ratatouille, houmous de courgette, pesto, etc.

Quelles sont les différentes étapes de réalisation des conserves ?

Tout d'abord, **épluchage** et **lavage** minutieux des fruits ou légumes avant le **découpage**. La même opération est réalisée pour tous les ingrédients nécessaires : ail, oignons, herbes aromatiques, etc.

Les ingrédients découpés sont **pesés** pour respecter la composition de la recette avant d'être mis à la **cuisson**.

Dès que la cuisson dans la grande sauteuse est terminée, il peut être nécessaire de passer la préparation au **mixeur plongeant** pour la rendre plus fluide comme pour le coulis de tomate par exemple.



L'équipe procède ensuite au **dosage**, au **remplissage** et à la **fermeture** des bocaux grâce à la **capsuleuse** : cette étape est très importante car elle garantit l'étanchéité et assure la qualité du produit avant le passage en autoclave.

Les bocaux fermés sont disposés, en étage, dans le panier de l'**autoclave** (qui ressemble à une énorme cocotte-minute) dans lequel sera réalisée l'**appertisation**, un procédé permettant d'allonger la durée de conservation des aliments :

- soit par **stérilisation**, les bocaux sont chauffés à plus de 100°C (soupes, veloutés, etc.)
- soit par **pasteurisation**, les bocaux sont chauffés à moins de 100°C (pour les ingrédients "acides" comme les jus de tomates, de pommes, etc.)

Dernière étape cruciale avant la commercialisation : l'**étuvage**.

Cette étape obligatoire, imposée (à juste titre) par les autorités sanitaires avant toute mise sur le marché de produits transformés, consiste à placer dans une **étuve des bocaux-échantillon** durant une semaine à **37°C** (la température du corps humain) pour les bocaux pasteurisés puis une semaine complémentaire à **55°C** pour les bocaux stérilisés, ceci afin de favoriser un **éventuel développement microbien** qui aurait survécu à l'étape d'appertisation dans l'autoclave.

Une fois toutes ces étapes validées, nous pouvons passer à l'**étiquetage réglementaire** de nos conserves artisanales bio et procéder à leur **commercialisation**.

De nouveaux clients TAF pour la conserverie !

Nos équipes réalisent des conserves artisanales pour notre marque propre et travaillent également pour d'**autres maraichers locaux** qui nous confient leur surproduction de légumes et/ou fruits afin que nous produisions, pour eux, des conserves qu'ils commercialiseront ensuite avec leur propre étiquette. Cette opération s'appelle du TAF (Travail A Façon) et cet été, nous sommes très heureux d'accueillir **trois nouveaux clients** : le Potager de Diane en Eure-et-Loir, la cueillette de Chanteloup-en-Brie en Seine-et-Marne et la cueillette de Viltain dans les Yvelines.

Pour ces derniers, nous avons commencé à travailler dès début juillet et avons réalisé, pour leur marque, des tartinades, de l'houmous et du pesto. Satisfaits par la qualité de nos conserves, ils reviennent régulièrement pour nous confier leur surproduction : à ce jour, nous avons d'ores et déjà transformé pour eux **plus de 3 tonnes de courgettes**... preuve, s'il en fallait, que notre conserverie artisanale a, par la qualité des produits transformés mais aussi par l'écoute apportée à chaque demande de professionnels, trouvé son public. **Bravo à toute l'équipe !**

Censure de l'article 2 de la loi Duplomb

Une décision du conseil constitutionnel qui donne raison aux deux millions de signataires de la pétition demandant l'abrogation de cette loi écocidaire

Jeudi dernier, le Conseil constitutionnel a censuré l'article 2 de la loi Duplomb qui prévoyait de réautoriser trois néonicotinoïdes, dont l'acétamipride.

Fondée sur le **droit à un environnement sain**, au **principe de précaution** et au **principe de non-régression du droit de l'environnement**, leur décision vient rappeler à une majorité parlementaire qu'il est plus que temps de ne plus sacrifier notre environnement et notre santé pour le seul profit financier de quelques-uns !

D'autant que l'utilisation de ces produits agrochimiques toxiques n'est pas indispensable contrairement à ce que soutient la FNSEA !

Un autre modèle agroécologique existe et des agriculteurs en agriculture biologique le pratiquent chaque jour.

A lire, le **témoignage de Clément et Elodie**, agriculteurs Bio dans l'Aisne, dans le média Reporterre : <https://reporterre.net/Face-a-la-loi-Duplomb-ces-betteraviers-bio-montrent-qu-un-autre-modele-est-possible>

A voir, le **témoignage de Thomas LAFOUASSE**, agriculteur Bio à Pecqueuse en Essonne (avec qui nous travaillons régulièrement), diffusé vendredi 8 août au JT de 13 h de France 2 - à la 17ème minute : https://www.franceinfo.fr/replay-jt/france-2/13-heures/jt-de-13h-du-vendredi-8-aout-2025_7386349.html

Face à la loi Duplomb, restons mobilisés car si une bataille a été gagnée avec la censure de l'article 2, cette loi comporte encore la mise en place d'élevage en batterie et les mégabassines...

La recette de la semaine

Quiche de Courgettes & Feta sans pâte



Mettez le four à préchauffer à 180°C.

Lavez et râpez **600 g de courgettes** et émiettez **100 g de feta**.

Dans un saladier, battez **3 oeufs** et ajoutez **50 g de farine** et **20 cl de crème liquide**, mélangez bien.

Incorporez ensuite les courgettes et la feta, ajoutez une pincée d'**herbes aromatiques** de votre choix, salez et poivrez.

Versez la préparation dans un moule préalablement **beurré**.

Mettez au four environ 30 min.

Servez chaud ou froid accompagné d'une salade.

Composition des paniers

Grand Panier : 1/2 pastèque, 1 kg de courgettes, 1 melon, 300 g d'haricots verts, 1 concombre, 1 kg de tomates anciennes, 500 g de tomates cerise, 3 piments, 1 salade

Petit Panier : 1/2 pastèque, 1 kg de courgettes, 1 kg de tomates anciennes, 500 g de tomates cerise, 3 piments

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



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](#)

