

Nous recherchons de nouveaux adhérents, alors n'hésitez pas à en parler à votre entourage.

Nom et prénom du parrain :



Chantiers  
d'insertion

Bulletin d'Adhésion



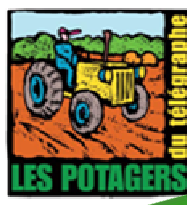
Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_  
Adresse : \_\_\_\_\_  
Tél. fixe : \_\_\_\_\_  
Portable : \_\_\_\_\_ E-mail : \_\_\_\_\_  
Adhésion à l'association : 15 euros par an.  
Formule choisie :  46 paniers doubles : 598€ / an  
 46 paniers simples : 299€ / an  
Offre découverte :  23 paniers doubles : 299€ / 6 mois  
 23 paniers simples : 149,50€ / 6 mois  
Distribution :  Étampes  Itteville Autre, à préciser  
Règlement :  par chèque  
Fait à \_\_\_\_\_ le \_\_\_\_\_ Signature : \_\_\_\_\_

Chemin du Larris  
91150 ÉTAMPES  
Tél.01 69 16 11 11  
Fax.01 69 16 11 10  
www.jpdt91.fr

LES POTAGERS  
du télégraphe

Resonction loi 1 901  
SIRET 498 644 368 000 17  
Code APE 0113Z

Pour chaque parrainage 1 panier offert.



# La feuille de chou



22/07/2014

Un article sur Youphil  
« Ecole de cuisine : Thierry Marx  
offre une seconde chance »



« Le chef étoilé Thierry Marx a lancé une formation permettant aux demandeurs d'emploi d'apprendre les métiers de la cuisine. Un projet sélectionné par François Hollande parmi les quinze innovations sociales à soutenir financièrement. »

« Une seconde chance, ça peut faire rêver, surtout quand la recherche d'emploi s'avère infructueuse depuis des mois, voire des années. Dans ce contexte, le concept "Cuisine/Boulangerie mode d'emploi(s)" attire des Parisiens depuis sa création en 2012 par le chef étoilé Thierry Marx. L'école propose d'acquérir les compétences nécessaires pour travailler dans le milieu de la restauration en douze semaines (huit semaines à l'école et quatre semaines en entreprise). La brochure explicative précise que "ce dispositif est destiné aux publics en situation de précarité économique et sociale: demandeurs d'emploi de longue durée, bénéficiaires du RSA, jeunes demandeurs d'emploi sans qualification, personnes placées sous main de justice." Le projet a même été sélectionné par l'Elysée parmi les quinze innovations sociales présentées le 24 juin 2014. Il sera soutenu par le Fonds d'Expérimentation pour la jeunesse, sous la tutelle du ministère de la Vie associative, et pourra bénéficier d'une aide économique. Le bâtiment situé dans le 20ème arrondissement de Paris ne paie pas de mine. Un escalier sombre et une porte à la poignée en plastique laissent la place à une explosion de lumière et une odeur de pain chaud. Quelques pas plus loin, la salle de cours dévoile ses couleurs. Des longues tables en bois poli sont alignées dans la pièce. Sur la droite, les cuisiniers s'affairent, le chef lance ses instructions en tentant de couvrir les bruits de casseroles: "On termine les verrines au melon et on passe au beurre persillé!". De l'autre côté de la pièce, à l'atelier boulangerie, l'ambiance est plus calme. Deux stagiaires sortent le pain du four d'un geste assuré. Mais un certain stress est palpable. Et pour cause, dans quelques heures, ils doivent livrer une prestation à l'entreprise Badoit. Il ne reste pas beaucoup de temps pour terminer les derniers plats. Ces moments de préparation agités font partie du quotidien des équipes. Car en marge des cours théoriques, les stagiaires réalisent des prestations en conditions réelles lorsque les locaux sont mis à disposition des entreprises. L'école propose un "pack" tout-en-un: des pièces spacieuses et de la nourriture préparée sur place. L'intégralité des bénéfices issus de ces événements est affectée au financement de la formation.[...] Pour lire l'intégralité de l'article : <http://www.youphil.com/fr/article/07586-cuisine-mode-emploi-thierry-marx-insertion-formation?ypcli=ano> (08/07/2014)

# Vos recettes de la semai-

## Mousse de carottes



**Préparation : 20 minutes**

**Cuisson : 30 minutes**

### Ingrédients (4 personnes)

- 200 g de carottes
- 3 œufs
- 20 cl de crème fraîche
- 100 g fromage râpé (gruyère)
- muscade, sel, poivre

Découper les carottes et les faire cuire dans de l'eau salée, puis utiliser l'eau des carottes pour les passer au mixeur.

Battre les œufs, y ajouter la crème fraîche, puis les carottes mixées, le fromage, puis sel, poivre et muscade.

Passer au four 30 minutes à 250°C (thermostat 8-9).

Servir tiède.

## Tortilla de pommes de terre au basilic



Epluchez les pommes de terre et coupez-les en rondelles.

Faites chauffer l'huile à feu moyen dans une poêle antiadhésive et ajoutez les pommes de terre.

Epluchez l'oignon et émincez-le

Quand les pommes de terre sont dorées, ajoutez l'oignon

Cassez les œufs, puis battez-les avec vigueur. Ajoutez un pincée de sel.

Quand les pommes de terre ont ramolli, incorporez les œufs battus.

Baissez le feu et décollez les bords de la tortilla à l'aide d'une spatule en bois, puis laissez cuire 5 minutes.

Renversez la poêle au-dessus d'une assiette pour y déposer la tortilla. Remettez celle-ci dans la poêle et faites cuire l'autre côté

**Bon appétit !**

**Préparation : 15 minutes**

**Cuisson : 20 minutes**

### Ingrédients ( 4 personnes)

- 4 œufs
- 1/2 kilo de pommes de terre
- 1 oignon
- Huile d'olive
- Sel
- Basilic

# Vos légumes de la semaine



**Paniers simples\***: pommes de terre, basilic, tomates, oignons rouges, carottes, salade, chou-fleur ou chou-rouge ou chou romanesco

**Paniers doubles\***: pommes de terre, basilic, tomates, oignons rouges, carottes, salade, chou-fleur ou chou-rouge ou chou romanesco

\* sous réserve de récolte

## Les potins du télégraphe

L'équipe vient d'accueillir des nouveaux salariés !

Bienvenue à : *Lostine, Teddy et Jonathan*

## Météo de la semaine

Une semaine un peu pluvieuse, mais quelques rayons de soleil pour notre quota de vitamine D !

Aujourd'hui	Demain	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
21 Juillet	22 Juillet	23 Juillet	24 Juillet	25 Juillet	26 Juillet	27 Juillet
23° 12°	27° 13°	30° 15°	29° 19°	27° 20°	28° 18°	27° 16°
36 km/h NW	34 km/h N	21 km/h NE	17 km/h NE	9 km/h	10 km/h	19 km/h NW
3.1 mm	0 mm	0 mm	4.4 mm	4.3 mm	1 mm	1.5 mm

