



La feuille de chou



Trions nos déchets pour sauver la planète et créer des emplois !



« En 2014, nous pourrions penser que le tri sélectif est enfin entré dans les mœurs et qu'en France, la quasi-totalité de la population trie ses déchets. Malheureusement, ce n'est pas le cas. Même si 87% des Français déclarent trier leurs déchets, seulement 44% de la population le fait de manière systématique. Un chiffre toujours beaucoup trop bas.

C'est une enquête publiée le vendredi 20 juin par Ipsos qui a mis en lumière ces chiffres. Appelée Observatoire du geste de tri, cette enquête est la première en son genre, elle a été menée auprès d'un échantillon représentatif de 5 500 personnes grâce à un questionnaire sur internet.

Ce qui saute aux yeux en regardant les résultats de cette enquête c'est que les jeunes trient moins que leurs aînées ! 36% des lycéens et 37% des étudiants trient systématiquement leurs déchets contre 44% pour les parents avec un enfant au foyer et 55% pour les plus de 50 ans. Cela va à l'encontre de tout principe qui aurait laissé penser que la tranche la plus âgée de la population aurait tendance à moins trier car elle n'y a pas été habituée. Ipsos s'est aussi intéressé aux zones géographiques où l'on trie le plus. Il apparaît que l'on trie deux fois plus à la campagne qu'en ville ou il y a paradoxalement peu de bacs de recyclage. [...] »

Source : <http://restonsbranches.blog.youphil.com/archive/2014/06/30/plus-d-un-francais-sur-deux-ne-trie-pas-systematiquement-4103.html>

Les Potagers du Télégraphe Chemin du Larris – av. du 8 Mai 1945 - 91150 Etampes - Tél : 01 69 16 11 11

contact@lpdt91.fr - www.pole91.fr - www.lpdt91.fr



Vos recettes de la semaine

Préparation : 20 min

Ingrédients (4 personnes)

- 6 carottes
- 1 paquet de cubes de jambon
- sel, poivre, origan, basilic
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive

Carottes sautées au jambon

Epluchez les carottes et coupez-les en rondelles.

Faites les cuire 10mn dans une casserole contenant de l'eau. Egouttez-les, puis mettez dans une poêle avec l'huile d'olive. Faites-les dorer 10 mn .

Ajoutez le jambon et faites de nouveau dorer pendant 10mn. Saupoudrez de basilic et d'origan en poudre. Mélangez et servez.

Bon appétit !

Source:<http://www.lesfoodies.com/borges/recette/carottes-sautees-au-jambon>



Poêlée de Pâtisson

Eplucher le ou les pâtissons, enlever les graines et les couper en tranches très fines avec un robot mixer. Couper les champignons en lamelles. Dans une poêle, mettre 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, les lardons, le pâtisson et les champignons, saler et parsemer de feuilles de romarin. Laisser cuire 20 bonnes minutes, il faut que l'eau des champignons se soit évaporée, qu'ils soient dorés et les pâtissons soient translucides. Ajouter l'ail haché, laisser cuire 5 minutes de plus, servir sans attendre.

Source :http://www.marmiton.org/recettes/recette_poelee-de-patisson_51643.aspx



Préparation : 30min

Cuisson : 25min

Ingrédients (4 personnes)

- 200 g de lardons
- 1 gros pâtisson ou 2 moyens
- 1 gousse d'ail
- 500 g de champignons
- sel, poivre
- huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de romarin

Souhaitez-vous partager vos recettes ? N'hésitez pas à nous les déposer à l'accueil panier ou par mail : contact@l PDT91.fr



Paniers simples*: épinards, pâtisson, carottes, botte de radis, salade, radis glaçon

Paniers doubles*: tomates cerises, pâtisson, carottes, salade, épinards, botte de radis, radis glaçons

* sous réserve de récolte

Les potins du télégraphe

UN NOUVEL ARRIVANT !








Bienvenue au nouvel encadrant technique **Martial** à Itteville

Les vacances arrivent !

A l'approche des vacances scolaires, merci de penser à nous communiquer vos dates de congés afin que nous puissions vous faire bénéficier du report de paniers.

Météo de la semaine

www.tameteo.com

Aujourd'hui 14 Octobre	Demain 15 Octobre	Jeudi 16 Octobre	Vendredi 17 Octobre	Samedi 18 Octobre	Dimanche 19 Octobre	Lundi 20 Octobre
						
20° 7°	22° 12°	21° 12°	23° 13°	27° 12°	24° 13°	22° 14°
14 km/h SW 0 mm	25 km/h SW 0 mm	34 km/h SW 0.6 mm	26 km/h SW 1 mm	30 km/h S 0 mm	32 km/h S 0 mm	38 km/h SW 0 mm

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 : _____ €-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 Loris
91150 ÉTAMPES
Tél 01 69 16 11 11
Fax 01 69 16 11 10
www.jpdt91.fr

**LES POTAGERS
du télégraphe**

Association loi 1901
SIRET 498 644 368 000 17
Code APE 0113Z

Pour chaque parrainage 1 panier offert.