

L'Abeille du **PARC**

Journal d'information du Parc naturel régional du Gâtinais français - N° 81 - Hiver 2021

DOSSIER : vos élus délégués du Parc



SOMMAIRE

3

LE PARC EN ACTION

L'apiscopie de Recloses

Les abeilles entrent à l'école

Aux côtés des acteurs locaux

Programme européen Leader

4

HORIZON ET PANORAMA

Ormesson : découvertes inédites

100 000 ans de présences préhistoriques !

5

TERRE DE CULTURE

Larchant

Le passé sort de terre

6/9

DOSSIER

VOS ÉLUS AU SEIN DU PARC

Les Délégués, acteurs du territoire

10

PAROLE DE TERROIR

Martine Verrechia

Entre Saveur et Jardin : une cuisine de produits frais et locaux

11

ART DE VIVRE

Marque « Valeurs Parc »

Des vélos à dispos !

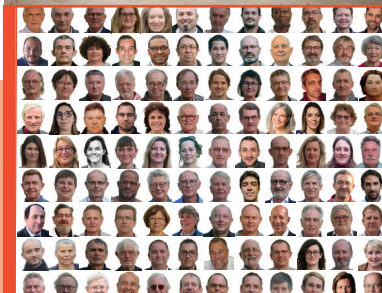
Quatre nouveaux adhérents

12

LES RENDEZ-VOUS DU PARC

Recettes de producteurs de la marque « Valeurs Parc »

À vos fourneaux !



Édito

de Jean-Jacques Boussaingault,

Président du Parc naturel régional du Gâtinais français



Les élections municipales ont pu trouver leur conclusion à la rentrée. Les Communes ont ainsi pu désigner leurs représentants au sein du Parc naturel régional du Gâtinais français.

Chaque Commune du Parc nomme deux Délégués titulaires, et deux délégués suppléants. Ils participent aux Commissions, au groupes de travail, aux Bureaux et Comités syndicaux.

Ils suivent et connaissent la vie du Parc, et ils sont vos interlocuteurs directs : n'hésitez pas à aller vers eux si vous souhaitez connaître les aides du Parc, ses actions, son fonctionnement...

L'organigramme des Délégués du Parc en pages centrales vous permettra de savoir qui sont les Délégués du Parc au sein du Conseil municipal de votre Commune, des intercommunalités, de la Région Île-de-France et des Départements de l'Essonne et de Seine-et-Marne.

Le contexte sanitaire rendant l'organisation d'événements incertaine, nous avons consacré la dernière page à des recettes de producteurs de la marque « Valeurs Parc ». Bonnes dégustations !

BOURSE FONCIÈRE DU PARC

www.parc-gatinais-francais.fr



En quelques clics, vendez ou échangez des parcelles forestières.

Consultation et publication d'annonces GRATUITES !



Retrouvez le Parc sur **facebook** : commentez, aimez...

Accessible depuis la page d'accueil :

www.parc-gatinais-francais.fr

PARC NATUREL RÉGIONAL DU GÂTINAIS FRANÇAIS

Maison du Parc, 20 bd du Maréchal Lyautey, 91490 Milly-la-Forêt
Tél. : 01 64 98 73 93 - Fax : 01 64 98 71 90
accueil@parc-gatinais-francais.fr - www.parc-gatinais-francais.fr

Président de la publication : Jean-Jacques Boussaingault

Directrice de la rédaction : Emmanuelle Guilmault-Fanchini

Rédactrice en Chef : Fabienne Cotté

Photographies : ©Marie-Lys Hagenmüller/Arelys (marielys91@orange.fr) sauf mentions particulières

Rédaction : Fabienne Cotté/PNRGF avec la participation de l'équipe du Parc naturel régional du Gâtinais français

Mise en page : Fabienne Cotté/PNRGF

Imprimé par Imprilith (Pringy), sur papier certifié PEFC avec des encres végétales.

ISSN 1620-3828





Les abeilles à l'école

L'APISCOPE DE RECLOSES

À Recloses, l'École en Démarche de Développement Durable (E3D) forme les élèves aux bonnes pratiques permettant de vivre ensemble dans un monde aux ressources limitées. L'idée est d'en faire des citoyens informés, critiques et engagés, qui puissent être forces de proposition et acteurs du changement global. Philippe Terras, Directeur, a tout de suite soutenu le projet de **Séverine Declippel-Vaze, enseignante : elle nous parle de l'apiscope**, une ruche autonome en classe, permettant une observation quotidienne de la vie des abeilles, sans danger pour les élèves ni pour les animaux.

J'avais envie de sensibiliser les enfants au monde des abeilles, si petites et si importantes.

Les élevages en classe sont devenus compliqués du fait des allergies au foin ou autre des enfants.

Mais avoir une ruche à l'école est très compliqué, on ne devient pas apiculteur en ayant 24 élèves avec soi !

J'ai donc cherché sur internet les moyens d'aller voir des ruches avec les enfants... et j'ai découvert sur l'académie de Bourges le travail de Monsieur Martin : il fabrique lui-même des apiscopes, qui peuvent être installés en classe pour que les enfants puissent y accéder sans aucun danger.

C'était le projet !! Concilier deux attentes : pouvoir être en classe

avec les animaux et sensibiliser les enfants aux abeilles.

L'apiscope a l'avantage d'être entièrement sécurisé, les abeilles ne peuvent sortir dans la classe et il est entièrement vitré.

Il y a également une petite grille qui permet de sentir l'odeur de la ruche et de coller son oreille pour entendre tous les vrombissements de leurs ailes.

Les enfants ont déjà pu constater de nombreuses choses :

- la population de la ruche a augmenté, l'essaim d'origine s'installe et construit des alvéoles d'une façon organisée,
- les ouvrières sortent et rentrent avec les pattes pleines de pollen,
- avec la météo l'activité des abeilles

n'est pas la même, et que lorsqu'il pleut elles ne sortent plus du tout,

- la ruche est la cible des frelons asiatiques qui viennent guetter à la sortie les abeilles pour les attaquer,
- certaines abeilles défendent la ruche et chassent les frelons qui essaient de s'introduire dans la ruche.

Tout l'intérêt de l'apiscope est de pouvoir observer ce petit monde « micropolis » et d'en découvrir toute la richesse.

Nous travaillerons sur l'anatomie des abeilles, les fleurs qu'elles butinent, leur reproduction et les dangers qu'elles rencontrent.

Dans l'apiscope de Recloses, les abeilles vivent en autonomie et mangent le miel qu'elles produisent car nous ne le récoltons pas.

Le Parc naturel régional du Gâtinais français a subventionné l'acquisition de l'apiscope à hauteur de 1 700 € via les fonds de la Région Île-de-France du contrat de Parc.



Programme d'aides européennes LEADER AUX CÔTÉS DES ACTEURS LOCAUX



Nathalie Macker crée des préparations de fruits (moins de sucre que dans les confitures) et des sorbets.

Grâce aux aides européennes portées par le Parc, elle a pu faire l'acquisition d'un pasteurisateur pour la confection de ses sorbets artisanaux.

Elle a ainsi pu améliorer ses conditions de travail grâce à cet appareil permettant de suivre un processus moins fatigant, plus sécurisé et plus rapide.

Parce que le local c'est vital, le Parc accompagne les producteurs gâtinais !



AU-DESSUS, SUR L'ÉTAGÈRE DU HAUT
Nathalie Macker

Préparations de fruits et sorbets

31 rue des Grouettes, 91820 Boutigny-sur-Essonne

06 70 47 67 09

confitures.surletagereduhaut@gmail.com

<http://surletagereduhaut.fr>

Vente toute l'année à l'atelier sur RDV. Nombreux points de vente à retrouver sur le site internet.

Le Parc porte un programme européen intitulé Liaison entre Actions de Développement de l'Économie Rurale (LEADER). Les subventions sont issues du Fonds européen agricole pour le développement rural (FEADER) et doivent être assorties de subventions publiques locales.

Conseil Départemental de l'Essonne : 2 294,86 € / Montant FEADER : 3 442,29 €

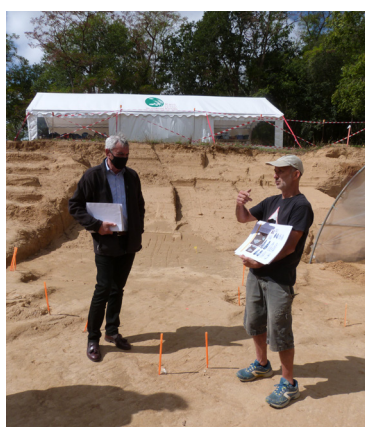


ORMESSON : DÉCOUVERTES INÉDITES

C'est 100 000 ans de présences préhistoriques !



© Photos : L. Nikiel/PNRGF



Jean-Jacques Boussaingault, Président du Parc naturel régional du Gâtinais français, et Pierre Bodu.

Pierre Bodu présente les dernières découvertes du site des Bossats à Ormesson.

Archéologue, chargé de recherche au CNRS (Directeur de l'équipe d'Ethnologie préhistorique), spécialiste du Paléolithique supérieur du Bassin parisien, période de 30 000 ans correspondant aux derniers chasseurs de grande faune (bisons, rennes, chevaux).

Exploité depuis douze ans, le gisement préhistorique d'Ormesson-Les Bossats n'en finit plus de livrer des découvertes inédites, sous l'oeil bienveillant du Maire d'Ormesson, Alain Poursin.

En 2008 : le Gravettien et le Moustérien discoïde



Connu initialement pour son **occupation gravettienne (- 28 000 ans avant le présent)** qui a donné notamment les restes osseux de huit bisons, ce site a très rapidement livré des vestiges beaucoup plus anciens attribués à l'Homme de Néandertal (période moustérienne). Il s'agissait alors de **silex taillés** selon une méthode que l'on nomme discoïde (débitage des blocs en forme de disques) et qui ont été datés des environs de -49 000 ans avant le présent.

Les objets les plus spectaculaires de ce niveau dont l'extension est estimée à plus de 800 m² (soit l'équivalent de 40 années de fouilles...) sont des fragments de **colorants** rouges, oranges, bruns dont les lieux de collecte ont été identifiés de l'autre côté du Loing sur la commune de Darvault. Qu'ont fait les néandertaliens avec ces colorants, raclés pour certains, abrasés pour d'autres ? De la poudre, mais dont la fonction reste encore énigmatique (préoccupations esthétiques, soins du corps, traitement des peaux animales...).

En 2010 : le Châtelperronien

Plus haut dans la stratigraphie, c'est un niveau châtelperronien qui fut découvert en 2010 et véritablement fouillé à partir 2014. Il correspond à **une période charnière** entre la fin du Paléolithique moyen et le début du Paléolithique supérieur, **un moment crucial de l'évolution humaine** où l'Homme de Néandertal cède la place aux Sapiens sapiens, notre espèce.

Nous ne savons toujours pas si le Châtelperronien est une culture qu'ont développée les derniers néandertaliens en Europe (France, Espagne) ou s'il s'agit de l'une des premières manifestations techniques de l'Homme moderne aux alentours de -40 000 ans. Les vestiges châtelperroniens découverts à Ormesson représentent **l'occupation la plus septentrionale connue pour cette culture préhistorique**, détrônant ainsi les grottes d'Arcy-sur-Cure dans l'Yonne.

Par différents sondages dont les plus profonds peuvent atteindre deux mètres, on sait que ce niveau couvre une surface de près de 300 m², ce qui est **totalemt inédit pour un site châtelperronien de plein-air au nord de la Loire !**

En 2012 : le Solutrén



C'est sur le double de cette surface que nous avons fouillé depuis 2012, le niveau solutréen. Il s'agit d'un vaste campement daté des environs de -20 000 ans et organisé en six structures. On y

a taillé de fins bifaces de silex nommés **feuilles de laurier**, on y a découpé des carcasses de chevaux et travaillé quelques bois de rennes, probablement pour en faire des sagaies. La petite quantité de silex contraste avec le poids considérable de blocs de pierre collectés dans un talweg proche, soit près de deux tonnes, et qui ont vraisemblablement servi à caler les bas des tentes.

Le Solutrén est une culture préhistorique qui se déroule durant ce qu'on a appelé le Dernier maximum glaciaire, un épisode de froid rigoureux, ce qui peut expliquer pourquoi les habitants d'Ormesson ont utilisé autant de blocs de pierre et pourquoi ils se sont installés en contrebas d'une butte de loess qui les protégeait des vents froids de l'ouest.

Cette année nous avons eu la chance de découvrir les débuts d'une septième structure. Les remontages de silex à venir permettront sans doute de montrer qu'elle est strictement contemporaine des six autres, qui elles mêmes ont entretenu des relations, comme l'ont démontré les premiers raccords entre fragments de feuilles de laurier.

Ce sont là 4 niveaux d'occupation qui témoignent **d'un intérêt majeur de différentes populations préhistoriques pour le lieu**, sans doute en lien avec un vallon qui se rétrécit sérieusement de la vallée du Loing vers le village d'Ormesson, mais aussi en raison de l'existence d'un véritable cordon de blocs de grès, à l'ouest, au nord et à l'est du site, formant protection.

En 2020 : la découverte d'un autre niveau Moustérien



À ces 4 niveaux principaux, accompagnés d'un épisode d'incendies naturels daté des environs de -29 000/-27 000 ans qui ont laissé leur empreinte dans les loess sous forme de nappes plus ou moins

diffuses de charbon de bois, s'est ajouté en 2020 un

second niveau d'occupation moustérien. Il ne s'agit guère que de quelques silex, mais ils présentent un excellent état de conservation et correspondent vraisemblablement à **l'occupation la plus ancienne du site**, datée ici par la stratigraphie des environs de **- 120 000 à - 100 000 ans**. Ces rares silex témoignent d'une toute autre façon de tailler la pierre, **la méthode dites Levallois** (de Levallois-Perret) qui consiste à donner une forme particulière au bloc de silex qu'on taille avant d'en extraire des éclats, des pointes ou des lames de formes standardisées. Taillés par l'Homme de Néandertal, ces silex sont **les premiers indices d'un niveau d'occupation sans doute beaucoup plus étendu** qui pourrait se prolonger plus à l'ouest encore, agrandissant par là la surface de ce très vaste site archéologique **occupé pendant près de 100 000 ans...**

Le Parc a tissé un partenariat avec l'équipe de Pierre Bodu et la commune d'Ormesson auxquelles il apporte son soutien :

- Prêt d'un véhicule pour les fouilleurs et leur matériel
- Achat d'une station topographique (7 145 €*) permettant de réaliser des levés topographiques (enregistrement de la position des vestiges dans l'espace) pour réaliser des plans précis informant sur la localisation, les dimensions, l'orientation et les altitudes des vestiges découverts.
- Achat d'une serre (3 375 €*) pour couvrir le site
- Achat de 2 grands barnums (10 322 €*) pour abriter les fouilleurs lors de leurs pauses et stocker du matériel.

LARCHANT : LE PASSÉ SORT DE TERRE

Le Parc est partenaire du **Programme Collectif de Recherche « Gravures rupestres au sein des chaos gréseux du bassin parisien »** financé par la Direction Régionale des Affaires Culturelles d'Ile-de-France (DRAC) et rassemblant l'Université de Paris 1, le Muséum National d'Histoire Naturelle (MNHN), le Groupe d'Études, de Recherches et de Sauvagerie de l'Art Rupestre (GERSAR), l'Association Arkéomédia, le Musée départemental de Préhistoire d'Ile-de-France à Nemours et l'Institut National de Recherches Archéologiques Préventives (INRAP).

Une action spectaculaire a été menée à Larchant pendant l'été 2020, à la grotte à la Peinture : l'extraction d'un bloc de grès enseveli, orné de gravures rupestres du Mésolithique.

Boris Valentin, professeur d'archéologie préhistorique à l'Université Paris 1

Le bloc de pierre correspond à un morceau de la paroi de la grotte. Celui-ci, alors qu'il portait déjà des gravures, s'est effondré dans un habitat de l'époque des derniers chasseurs (8^e millénaire avant J.-C.). C'est donc un des rares moyens que nous avons d'attribuer ce type de gravures (quadrillages) à la période Mésolithique.

Le bloc a été découvert il y a 40 ans dans la fouille de Jacques Hinout. Trop lourd (3 tonnes), il n'a pas pu être étudié exhaustivement et il a été réenseveli.

L'exhumer - grâce au savoir-faire d'entreprises spécialisées dans les œuvres d'art - permet de l'étudier en détail et de le numériser en 3D, de sorte que l'on pourra, par exemple, le replacer virtuellement sur la paroi gravée d'origine.

En l'exposant à la salle de la Sablonnière à Larchant, nous faisons de cette pièce maîtresse du patrimoine préhistorique local un nouvel outil de valorisation augmentant la familiarité avec ce patrimoine parfois très fragile, vu la vulnérabilité des abris gravés.

Vincent Mével, Maire de Larchant

Cette pierre, véritable témoignage de l'histoire du village de Larchant confirme la lointaine occupation humaine de la région Île de France.

Pour les Lyricantois et c'est une fierté, cette preuve artistique matérielle contribue à prouver la participation locale si ce n'est au phylum, au parcours sociétal de l'évolution humaine occidentale.



Le Parc a financé 20 040 €* pour l'exhumation de la dalle et le débardage à cheval.



©Michel Rey



©Arkéomédia



©L. Nikiel/PNRGE

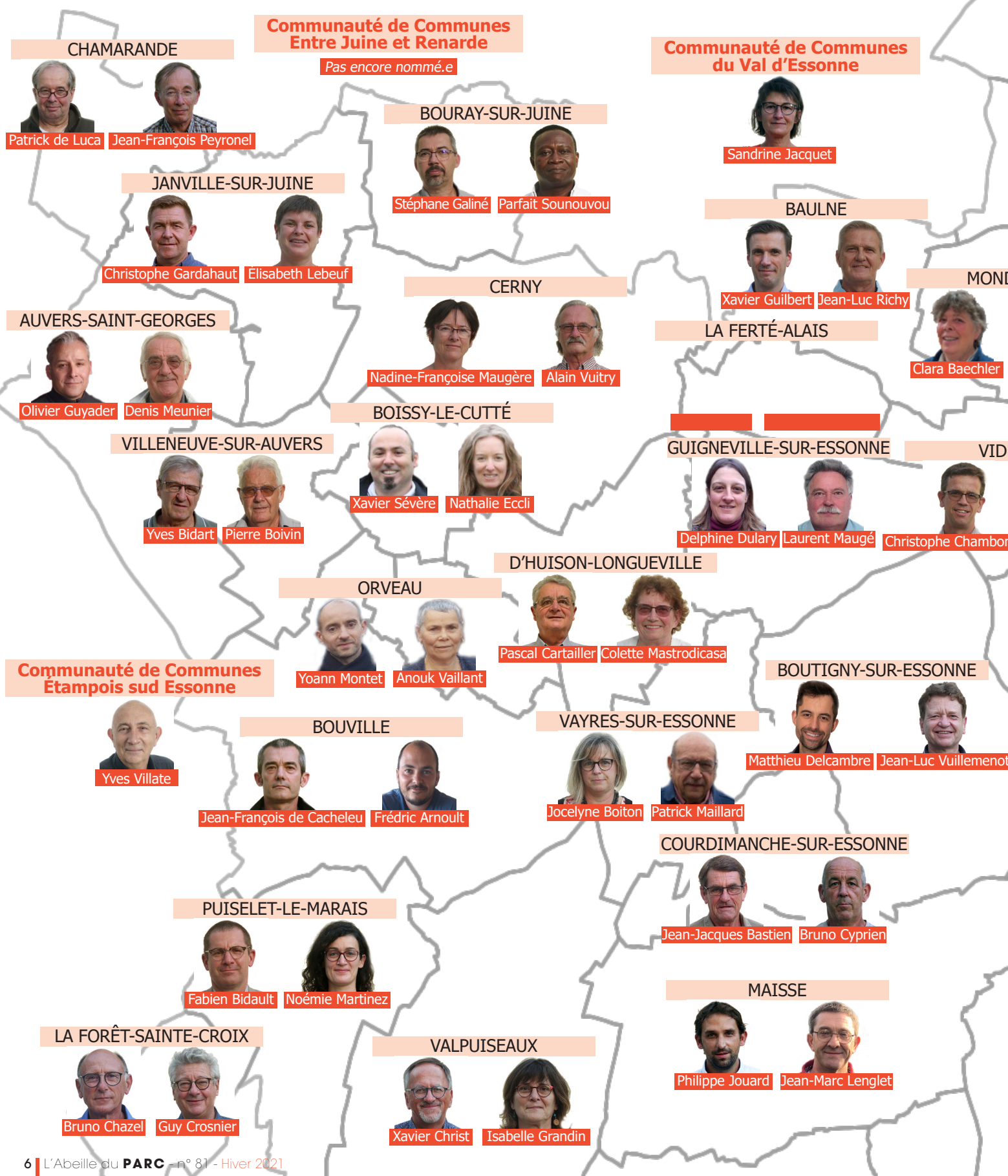
* via les fonds de la Région Île-de-France du contrat de Parc



VOS ÉLUS AU SEIN DU PARC

Les délégués : acteurs du territoire

Les délégués assurent le lien entre le Parc et les collectivités. Leur rôle est primordial, ils détiennent le clés pour mobiliser les acteurs autour d'un projet. Côté Parc ils siègent au Syndicat mixte et votent les grandes décisions, côté collectivités ils diffusent les informations liées au Parc vers les élus mais aussi vers les habitants.



**Communauté d'agglomération
Melun-Val de Seine**

Pas encore nommé.e

CHEVANNES



SAINT-FARGEAU-PONTHIERRY



PRINGY



CHAMPCUEIL



SAINT-SAUVEUR-SUR-ÉCOLE



VILLIERS-EN-BIÈRE



EVILLE



SOISY-SUR-ÉCOLE



PERTHES-EN-GÂTINAIS



LLES



SAINT-GERMAIN-SUR-ÉCOLE



CHAILLY-EN-BIÈRE



DANNEMOIS



CÉLY-EN-BIÈRE



MOIGNY-SUR-ÉCOLE



FLEURY-EN-BIÈRE



BARBIZON



COURANCES



SAINT-MARTIN-EN-BIÈRE



MILLY-LA-FORÊT



ARBONNE-LA-FORÊT



ONCY-SUR-ÉCOLE



**Communauté de Communes
Deux Vallées**



GIRONVILLE-SUR-ESSONNE
Lloyd Dougny, Alain Joyez

BUNO-BONNEVAUX

PRUNAY-SUR-ESSONNE
Bernardin Coudoro, Christian Denis

CHAMPMOTTEUX
Pierre Grillet, Patrick Pages

BOIGNEVILLE

BROUY
Jérôme Desnoue, Joseph Lenoir

NANTEAU-SUR-ESSONNE
Jean-Jacques Boussaingault, Jean-Claude Dampierre

BUTH
Olivier Mauxion, François Ratier

BOULANCOURT
Christophe Chamoreau

Les délégués de la Région Île-de-France
Gilles Battail, Benoît Chevron, Jean-Philippe Dugoin-Clément, Audrey Guibert
Gérard Hébert, Vanessa Juille, Roseline Sarkissian, Frédéric Valletoux

Les délégués du Département de Seine-et-Marne
Bernard Cozic, Yves Jaunaux, Laurence Picard, Béatrice Rucheton-Pietton

Les délégués du Département de l'Essonne
Guy Crosnier, Hélène Dian, Caroline Parâtre, Brigitte Vermillet

Les délégués de la Région Île-de-France
Gilles Battail, Benoît Chevron, Jean-Philippe Dugoin-Clément, Audrey Guibert
Gérard Hébert, Vanessa Juille, Roseline Sarkissian, Frédéric Valletoux

Les **PRÉSIDENTS** et **Rapporteurs** des Commissions de travail du Parc

Commission Agriculture-Sylviculture

JEAN-LUC DOUINE (Guercheville)
Samuel Herblot (Buno-Bonnevaux)

Commission Développement local

PASCAL MAGNIER (Perthes-en-Gâtinais)
Isabelle Fromage (Boutigny), **Parfait Sounouvou** (Bouray/Juine)

Commission Environnement

GILLES CLUGNAC (Recloses)
Clothilde Campain (Bouray-sur-Juine), **Françoise Chancelier** (Brouy)

Comité Paysage

GILLES CLUGNAC (Président de la Commission Environnement) et
PASCAL MAGNIER (Président de la Commission Développement local),
Matthieu Delcambre (Boutigny), **Patrick Maillard** (Vayres/Essonne)

Commission Tourisme et mobilité

YVES COZE (Barbizon),
Laurent Ducruit (Milly-la-Forêt), **Parfait Sounouvou** (Bouray-sur-Juine)

Commission énergie

DENIS CÉLADON (Châtenoy),
Fabien Bidault (Puisselet-le-Marais), **Amélie Ferlay** (Milly-la-Forêt)

Commission Patrimoine

PATRICK DE LUCA (Chamarande)
Michel Lepage (Larchant), **Gérard Taponat** (Barbizon)

Commission éducation au territoire

XAVIER GUILBERT (Baulne)
Marinette Messias (Burcy), **Lydie Thomas-Chevallier** (Le Vaudoué)

**Communauté d'agglomération
du Pays de Fontainebleau**



Anne-Elisabeth Bourguignon

ACHÈRES-LA-FORÊT



Estelle Berthée Françoise Le Mer

LE VAUDOÛÉ



Michel Calmy Olivier Colin

RECLOSES



Gilles Clugnac Margaret Poma

TOUSSON



Jean-Michel Cardinali Benoît Henry

URY



Bérénice Bhavsar Céline Bofarull

BOISSY-AUX-CAILLES



Nathalie Biel Patrick Pochon

LA CHAPELLE-LA-REINE



Jean-Claude Harry Luc Etifier

VILLIERS-SOUS-GREZ



Etienne Bréhier Thierry Masson

HIERS



Patrick Renault

AMPONVILLE



Michèle Deschamps François-Xavier Dupérat

LARCHANT



Jean-Michel Besnard Michel Lepage

RUMONT



Yves Pruvot Domingo Silveira

GUERCHEVILLE



Natacha Collard Jean-Luc Douine

F__ROMONT



Marie Baron Anne Swyngghedauw

CHEVRAINVILLIERS



Philippe Clergeot Xavier Maucci

ORMESSON



Eric Beaujois Alain Poursin

GARENTREVILLE



Laure Gornes Shirley Maupin

BURCY



Philippe Chalmette Alexandre Mary

CHÂTENOUY



Denis Céladon Magalie Pannèse

**Communauté de Communes
du Pays de Nemours**



Denis Céladon



MARTINE VERRECHIA

Entre Saveur et Jardin

Martine Verrechia fabrique des terrines et des soupes fraîches dans son laboratoire de Boutigny-sur-Essonne. Fille de producteur de plantes médicinales, cette passionnée de cuisine réalise ses recettes uniquement à base de produits frais et locaux. Et pour les distribuer, c'est simple : si vous ne venez pas à Martine, Martine viendra à vous !

Je fais un métier qui allie mes deux passions : le terroir local et la cuisine. Je fabrique des soupes et des terrines fraîches, ni pasteurisées ni stérilisées, vendues sous vide. Ce processus de fabrication garantit un produit inégalable en goût comme une soupe maison, peu salée et sans additifs.

J'achète mes légumes frais chaque semaine chez les producteurs et je fabrique les soupes et terrines six jours sur sept.



En fonction des saisons j'adapte les produits et je fabrique aussi des tourtes, gaspachos et houmous. Je propose également des menus pour Pâques et Noël. Pour trouver mes produits, venez me rencontrer sur les marchés de producteurs, lors de mes portes ouvertes le deuxième week-end d'octobre.

Pour faciliter l'accès à mes fabrications, vous pouvez vous fournir au **distributeur automatique** de Milly-la-Forêt, devant le centre aquatique : 7 jours sur 7 et 24 heures sur 24 !

La grande nouveauté est la distribution de **soupes en vrac** deux fois par semaine : amenez votre contenant et repartez avec vos litres de soupe fraîche ! Et même en cas de confinement, je continue la distribution.

Des produits frais de qualité, cuisinés « comme à la maison », accessibles facilement, ça ne se refuse pas !



Quelques-unes de mes recettes saisonnières :

Pour l'automne-hiver :

Soupes (3,50 €, 2 pers.) : butternut/citron confit, cresson & sauge, soupe du Gâtinais (cresson), velouté de trois courges et épices, endives caramélisées, potimarron/châtaignes/pommes du Gâtinais...

Terrines chaudes ou froides (6 à 8,50 €) : poireaux et champignons, pois chiches bio au curry, foies de volailles aux noisettes, champignons/châtaignes/fruits secs, potimarron et son confit d'oignon caramélisée au miel...

Tourtes (13,50 €, 850 g) : topinambours/gorgonzola, pommes de terre/crème/ail/thym, poireaux/champignons/crème/ail/thym...

Pour le printemps-été :

Soupes (3,50 €, 2 pers.) : crème de patates douces/orange/baies roses, ortie/petit épeautre, gaspacho du Gâtinais, yaourt glacé/concombre/menthe de Milly...

Terrines (6 à 8,50 €) : asperges sur lit de carottes, courgette/chèvre frais/menthe poivrée de Milly...

Tourtes (13,50 €, 850 g) : blettes, courgette/chèvre frais/menthe poivrée de Milly, pommes de terre/épinards/crème/ail/thym...

Et bien d'autres encore pour vous régaler !



DISTRIBUTEUR devant le Centre aquatique des Deux Vallées à Milly-la-Forêt (rue de la Chapelle Saint-Blaise). **56 casiers réfrigérés à 3° C** conservent les soupes bien au frais. Le paiement se fait par carte bancaire. Vous pouvez **passer votre commande** par téléphone ou SMS au 07 71 70 43 07 et la récupérer sous 24h dans un casier nominatif avec un code d'accès qui sera fourni.

DISTRIBUTION DE SOUPES FRAÎCHES EN VRAC

Deux soupes différentes chaque semaine, vendredi de 17h à 19h devant le distributeur, samedi de 9h à 12h au laboratoire (23 rue de La Ferté-Alais, 91820 Boutigny/Essonne).

Entre Saveur et Jardin

07 71 70 43 07 ou 01 60 78 48 57

entresaveuretjardin@yahoo.fr

www.entresaveuretjardin.fr

entresaveuretjardin

« VALEURS PARC »

Des vélos à dispo !

Le Parc naturel régional du Gâtinais français a fait l'acquisition de 23 vélos à assistance électrique. Ils sont mis à disposition des hébergements adhérant à la marque Valeurs Parc, afin qu'ils puissent être utilisés par les clients. Un moyen de se déplacer très agréable pour découvrir le territoire et qui de plus n'émet pas de CO₂ !



Vous trouverez ces vélos en prêt dans les hébergements suivants :

gîte rural **La Poussinière** à Auvers-Saint-Georges,
Camping **Île de Boulancourt** à Boulancourt,
gîtes ruraux **Les Genêts** et **Les Deux Marmottes** à Buno-Bonnevaux,
gîte rural et chambres d'hôtes **Le Clos du Tertre** à La Chapelle-la-Reine,
chambres d'hôtes **Escale 19** à Milly-la-Forêt,
gîte rural **Bloasis Éco House** à Oncy-sur-École,
gîtes ruraux **La P'tite Maison des Roches** et **La Grande Maison des Roches** à Videlles.

Un peu de technique sur les vélos...

Ils sont réservés à **un usage utilitaire ou de loisirs, en ville ou sur route**, et non pas en tout terrain, et pour une personne dont le poids ne dépassera pas 100 kg.

>Modèle Vitality de la marque Arcades cycles, 24,5 kg, équipés d'une batterie 36V (11Ah).

>Leur vitesse maximale est de 25 km/h.

>5 niveaux d'assistance électrique, réglables manuellement par un boîtier sur le guidon.

>Ils peuvent effectuer 75 km par charge (en vitesse de niveau 3).

Bienvenue aux 4 nouveaux adhérents !



LA SAVONNERIE DU GÂTINAIS


Géraldine Mollé

Savons et cosmétiques à base de produits locaux (miel, cresson, lait, huile de colza, plantes médicinales)

91590 La Ferté-Alais

06 18 45 89 40

lasavonneriedugatinais@gmail.com

 La Savonnerie du Gâtinais



AU-DESSUS, SUR L'ÉTAGÈRE DU HAUT

Nathalie Macker

Préparations de fruits et sorbets

31 rue des Grouettes

91820 Boutigny-sur-Essonne

06 70 47 67 09

confitures.surletagereduhaut@gmail.com

<http://surletagereduhaut.fr>

Vente toute l'année à l'atelier sur RDV.

Nombreux points de vente à retrouver sur le site internet.



LA FERME DE MONTAQUOY

Valentine Franc

Farines intégrales de blés anciens (cultivés, moulus sur place), T80...

Ferme de Montaquoy,

91840 Soisy-sur-École

06 28 43 08 31

valentine@montaquoy.com

Vente à l'épicerie de Soisy-sur-École, aux Jardins de Courances ou sur rendez-vous après commande.



COCOBIO VIDELLOIS

Ferme de Varennes

Christophe Chambon


Œufs, farine et légumes

Chemin de Varennes

91890 Videlles

07 87 11 82 05

cocobio.videllois@gmail.com

 Cocobio Videllois

vente à la ferme





Martine Verrechia, *Entre Saveur et Jardin* à Boutigny-sur-Essonne (voir page 10) vous donne une recette qu'elle affectionne, particulièrement au moment des fêtes et de la saison froide :

LA SOUPE DE COURGES AUX COQUILLAGES

©Martine Verrechia



Ingrédients :

- 1 kg de potimarrons bio
- 200 g de châtaignes
- 1 oignon
- 1 pincée clous de girofle et muscade
- 5 pistils de safran du Gâtinais
- Huile d'olive
- Une dizaine de pétoncles
- Une vingtaine de coques

- Faire revenir l'oignon avec les clous de girofle et la muscade dans l'huile d'olive.
- Mouiller avec un bouillon de légumes pour y cuire le potimarron (s'il est bio, vous pouvez laisser la peau).
- Ajouter les châtaignes cuites, le safran, puis mouliner.
- Laver les coques et les pétoncles.
- Faire revenir les coques dans un peu d'huile d'olive, réserver.
- Faire revenir les pétoncles, la cuisson est très rapide.
- Servir la soupe très chaude après y avoir ajouté les coques et les pétoncles.

Les producteurs d'Émile et Une Graine à Soisy-sur-École, vous donnent une des très nombreuses versions d'un classique qui peut se décliner selon les goûts, les saisons et ce qu'il reste dans les placards...

LE HOUMOUS

et plein d'autres à retrouver sur leur page Facebook.



©Émile et Une Graine

Ingrédients ● *Patience et anticipation* : les deux ingrédients majeurs du houmous... ● 300 g de pois chiches secs de Émile et Une Graine ● Sel ● 3 gousses d'ail ● 1/2 verre de graines de sésame ● 1/2 verre d'huile d'olive ● Huile de sésame ● Curcuma ● Cumin ● Menthe fraîche ●

- Anticipation : la veille, faire tremper les pois chiches dans de l'eau pendant 10 à 12 heures. Egoutter et rincer.
- Patience : faire cuire les pois chiches dans une grande casserole d'eau (non salée) pendant 1h à 1h30. Egoutter en conservant l'eau de cuisson. Laisser refroidir.
- Faire le tahin : mixer le même volume de graines de sésame et d'huile d'olive (environ un demi verre).
- Mixer les pois chiches avec l'ail et le tahin. Selon la texture souhaitée, ajouter l'eau de cuisson. Ajuster l'assaisonnement avec les épices et le sel.
- Conserver au frais.
- Au moment de servir, couvrir le houmous avec l'huile de sésame, un peu de cumin et de la menthe fraîche.



Mikaël Morizot, *cressonnière Sainte-Anne* à Vayres-sur-Essonne, publie des recettes sur cressonnieresainteanne.com et sur sa page Facebook, il vous en confie une, extraite du blog auxdelicesdemanne.com :

LES PETITS FLANS DE CRESSON

©auxdelicesdemanne



Ingrédients pour 8 petits flans :

- 1 botte de cresson
- 2 jaunes d'œufs
- 150 ml de crème semi-épaisse
- 150 ml de lait demi-écrémé
- 120 g de chèvre frais
- 10 g de maïzena
- 1 c. à café d'huile d'olive
- 1 échalote
- Sel et poivre

- Laver à grande eau la botte de cresson, additionnée d'un peu de vinaigre blanc. Secouer la botte pour retirer un maximum d'eau, attention les feuilles sont fragiles.
- Effeuilier la botte de cresson.
- Chauffer le four à 160° C.
- Chauffer l'huile d'olive dans une poêle, et y faire tomber les feuilles de cresson, sans cesser de mélanger pendant environ 3 minutes.
- Battre les jaunes d'œufs avec le lait, la crème et la maïzena.
- Ajouter les feuilles de cresson, saler et poivrer, puis mixer.
- Ajouter l'échalote hachée, mélanger.
- Couper le fromage de chèvre en morceaux, en déposer la moitié dans les empreintes.
- Verser la préparation à base de cresson, puis ajouter les derniers morceaux de fromage de chèvre.
- Enfourner pour environ 40 minutes.

Astuces :

Le démoulage est assez délicat, car les flans sont un peu mous lorsqu'ils sortent du four, et il faut les soulever délicatement pour les poser dans les assiettes. Si vous le pouvez, préférez des moules individuels, afin de les démouler directement dans les assiettes.

Pour ne pas gâcher, gardez les blancs d'œufs pour préparer des biscuits apéritif aux blancs d'œufs ou des financiers ou une mousse au chocolat ou des meringues...

ITINÉRAIRE GOURMAND : le livre évènement des Parc naturels régionaux



Découvrir des trésors gustatifs, rencontrer des producteurs passionnés, révéler des produits savoureux, s'aventurer à les cuisiner avec les chefs qui s'en inspirent : telle est l'ambition de ce livre réalisé avec 49 Parcs naturels régionaux. Chacun y exprime, sous la plume

de Marie-Hélène Chaplain, la spécificité de son territoire, la relation d'un chef avec son environnement. Chaque chef propose deux recettes dont l'une est illustrée par les aquarelles de Lucile Prache. Les Parcs y sont regroupés par région pour renforcer la découverte de proximité.

Dans le Parc du Gâtinais français, on découvre la cuisine de saison d'Emilien Le Normand, chef du restaurant Les Coqs à Milly-la-Forêt. Il y propose une recette de filet de Gâtinaise farcie, garniture

automne, à base notamment de cresson, et pour le dessert, une tartelette chocolat-menthe poivrée de Milly crème glacée au miel.

On y trouve l'histoire de nos producteurs qu'ils soient cressiculteurs, apiculteurs, éleveurs, « grainiculteurs », producteurs de safran ou de morilles. Et on part à la découverte de nos produits, avec un focus sur les plantes aromatiques et médicinales.

22 € en librairie