



*Le Bulle' Thym  
de l'Amap  
septembre 2023*

*Youhou, c'est la rentrée !  
Avec une nouveauté :  
Le site internet de l'Amap est prêt !*

**A** ups  
**M**oissac  
**A**  
**P**



**Voici son adresse :**

<https://amapaupsmoissac.ovh/>

**Merci à Cyril Grassone pour tout ce travail, et le temps qu'il y a consacré !  
Courez le découvrir ! Nous vous donnerons tous les détails de son utilisation  
petit à petit.**

**On a toujours besoin de permanenciers.ères, alors n'hésitez pas à vous  
inscrire ! (<https://lite.framacalc.org/permanences-amap-aups-moissac-9y3s>)**

# Le retour de Mr Chicken



Après l'habituelle trêve estivale, Elisa Apostolo reprend les livraisons de poulets fermiers toutes les deux semaines à l'Amap.

L'élevage des Restanques de Bézaudun est installé depuis 2013 sur la commune de Varages. Les poulets bio grandissent en plein air sous les oliviers et sont nourris avec une alimentation ultra locale cultivée par une coopérative d'agriculteurices du territoire et moulue dans les locaux du lycée agricole de Saint Maximin !

Meilleurs, tu meurs.

Si vous souhaitez réserver un ou des poulets d'ici fin décembre, les contrats sont toujours disponibles auprès de la référente Martine Jaegly !

[g.jaegly@orange.fr](mailto:g.jaegly@orange.fr)



*Idées sans recette :*  
*Laissez libre cours à votre créativité*  
*culinaire !*

*Pâtisson farci au poulet et aux noix*

Pour qu'il soit bien cuit, faire cuire le pâtisson coupé en deux dans de l'eau bouillante au moins 20 minutes avant de le farcir.



*Feuilletés à la ratatouille*

Bien moins effrayant qu'une simple ratatouille pour les enfants, ce sera comme un friand au fromage ou un chausson salé. A faire avec une pâte feuilletée ou une pâte à pain pour les plus grosses faims.

# Comment faire adhérer votre voisin à l'Amap ?

- ❖ Lui faire déguster un plat préparé avec les produits de l'Amap
- ❖ L'embarquer au retour d'une course pour récupérer votre panier et pour qu'il.elle rencontre tous ces gens merveilleux.ses !
- ❖ Témoigner de la joie de ne pas avoir à choisir quels légumes pour cette semaine lors des courses

## Et pour les plus aventureux.ses

- ❖ L'inviter à calculer l'empreinte carbone de ses courses au supermarché



*La prochaine fois, des arguments pour convaincre votre belle-mère !*

*Pensez à vous inscrire pour les permanences !*