A DEUX MAINS
SI VOUS LE VOULEZ BIEN !

DEUX MAINS ET DES IDÉES

Newsletter Deux mains et des idées - Novembre 2026



REPAIR CAFÉ - 8 NOVEMBRE 2026 À 14H

Jeter? Pas question! En 2026, on continue de réparer ce qui peut l'être. Venez faire réparer vos objets cassés avec l'aide de nos réparateurs bénévoles. En prime, une boisson chaude et de petites douceurs.

Adhésion obligatoire

56 avenue de Béchevret à Boissy

Pour aller plus loin...

- *Pari fermier*

6-7 novembre à la Bergerie nationale de Rambouillet

120 agriculteurs et vignerons venus de la France entière pour proposer leurs produits en vente directe.

- *Made in Essonne*

21-22 novembre à Chamarande

40 artisans réunis sur un marché organisé par Essonne tourisme, de quoi trouver des belles idées de cadeaux pour Noël !



TROC AUX PLANTES - 8 NOVEMBRE À 10H

A tous les passionnés de jardinage, amateurs ou confirmés, le Printemps est de retour et votre Troc aux plantes l'accompagne !

Préparez vos semis, fleurs, boutures, graines, plantes et conseils à échanger.

Au plaisir de vous voir nombreux pour partager un moment convivial.

Grange aux anneaux,
Place de la Mairie à Boissy

deuxmainsetdesidees@gmail.com
Deux mains et des idées
deuxmainsetdesidees

LA RECETTE DU MOIS

Manger moins de viande c'est bon pour les animaux, la planète, le portefeuille...mais surtout pour découvrir de nouvelles saveurs! Sans vouloir forcément devenir végétarien, on peut avoir envie de végétaliser davantage son assiette. Nous vous proposons une recette qui le permet.

***Cette recette est extraite de "la feuille de chou" éditée par Le chemin des fleurs à Avrainville, nous n'en sommes pas les auteurs.**

CHOU ROUGE FAÇON HACHIS PARMENTIER



Ingrédients pour 6 personnes:

800g de pommes de terre - 25 g de beurre - 15 cl de lait - muscade râpée - 800 g de chou rouge coupé en fines lanières - 1 pomme râpée - 1 oignon émincé - 20 cl de bouillon de légumes - 5 cl de vin rouge - 4 càs de vinaigre

Préparation

La purée : Faites cuire les pommes de terre à l'eau 20-25 minutes. Une fois cuites, les passer au presse-purée. Remettre la purée dans la casserole et sur feu doux, ajouter le beurre, le lait, la muscade et assaisonner. Lorsque la purée est homogène, réserver.

Le hâchis : Faire revenir l'oignon dans une poêle avec un peu d'huile. Lorsqu'il commence à dorer, ajouter le chou et la pomme. Faire revenir 1 min en remuant, ajouter le bouillon et le vinaigre, faites cuire à couvert pendant 15 minutes. Enfin ajouter le vin, Laisser cuire à feu doux en remuant de temps en temps jusqu'à ce que la plupart du liquide se soit évaporé.

Dans un grand plat à gratin, disposer le chou en une couche épaisse, recouvrir avec la purée. Mettre au four à 140° pendant 20 minutes.

deuxmainsetdesidees@gmail.com Deux mains et des idées deuxmainsetdesidees