

La Grande  
Quinzaine des



Marchés

de l'Essonne



Sur votre  
marché  
à gagner  
1 chèque-cadeau  
Air France  
Voir modalités  
en dernière  
page



la Grande Quinzaine des Marchés 2011  
du 15 au 27 mars

**Des promotions, des sacs cabas,  
des bons d'achat,  
des paniers garnis  
et plein de cadeaux  
à gagner...**

Retrouvez votre marché sur [lagrandequinzainedesmarches.com](http://lagrandequinzainedesmarches.com)



le Parisien



## Marchés participants

Arpajon - Brétigny-sur-Orge  
Chilly-Mazarin - Corbeil-Essonnes  
Courcouronnes - Juvisy-sur-Orge  
Morsang-sur-Orge - Palaiseau  
Orsay - Ris-Orangis  
Les Ulis - Vigneux-sur-Seine  
Yerres

## le légume à la Une

### Le navet



Sa chair blanche, ferme et sucrée, est de bonne tenue.

C'est un légume de la famille des crucifères. Consommé par l'homme depuis

des temps très anciens, populaire au XVIII<sup>e</sup> siècle et lors des périodes de famine. On le cultive pour sa racine qui peut être ronde, aplatie, longue, et de couleur blanche, violette, rose ou jaune selon les variétés. Le plus courant sur les étals est le navet de Nancy, rond, blanc à collet violet. En cuisine, on le prépare comme une pomme de terre, en purée, frites, au four, rôti, cuit à l'eau, dans un bouillon (couscous, pot au feu), en soupes. A noter que les fanes (ou feuilles) sont comestibles et se cuisinent comme des épinards. Les navets se conservent très bien 2 ou 3 semaines dans le bas du réfrigérateur.

## la recette à la Une

### Canard aux navets



Pelez et lavez les navets. Découpez-les en quartiers. Dans une cocotte, mettez du beurre et le canard à dorer. Salez et poivrez. Incorporez les

navets, les oignons pelés et le sucre en poudre. Mélangez quelques minutes. Versez le bouillon de volaille et le vin blanc ainsi que la CS de miel. Ajouter le bouquet garni. Couvrez et laissez cuire 60 minutes. Faites réduire la sauce. Coupez le canard en levant les filets en aiguillettes. Disposez le canard découpé entouré de navets et des oignons. Versez le jus dans une saucière et servez.

**Vin conseillé : Macon**

# Rien ne vaut le marché...

## Côté Prix

Dans vos marchés les prix sont très attractifs et supportent la comparaison. Comparez d'un étal à l'autre. N'hésitez pas !



Chaque commerçant fait le nécessaire pour vous donner envie d'acheter chez lui plutôt que chez son concurrent... A vous d'en tirer profit pour choisir le meilleur rapport qualité/prix !

Oui, chaque commerçant fixe ses prix « au plus juste » car il sait que vous ne reviendrez pas si vous n'êtes pas satisfait. Certes, il veut vous vendre ses productions mais il veut aussi et surtout vous garder comme client. Son principal intérêt c'est le vôtre.



## Côté Choix

Les étals du marché c'est plein de bonnes et belles choses ! On y trouve un choix de commerçants qui vendent des primeurs, des produits laitiers, des viandes, de la volaille, du gibier, des poissons, des épices, etc. Et au-delà des plaisirs de la table, on peut aussi penser à sa décoration (nappes, vaisselle, couverts, fleurs...).



Il n'y a pas que les ménagères qui vont au marché. Les coquettes et les « fashionistas » adorent également y aller pour repérer les bons plans mode : la petite robe chic et choc, le pantalon ou la veste tendance, les bottes ou le sac tellement « cool » et branchés...

Le marché c'est le choix des tentations raisonnables.

## Côté Qualité/Fraîcheur

Les commerçants de votre marché n'ont rien à cacher. Leurs produits sont bien visibles et frais du jour car ils n'en vendent pas des tonnes. Si vous hésitez, ils vous proposent de bon cœur de goûter leur produit avant de vous décider. Un morceau de fromage par-ci, un quartier de fruit par-là... Vous pouvez immédiatement apprécier la fraîcheur et la saveur de ce que vous achetez.

Vous avez toutes les chances d'avoir au marché des produits de bonne qualité et de première fraîcheur car le commerçant est son propre patron. Il est présent face à vous et il engage sa réputation dans chaque produit qu'il vous présente. Ça fait toute la différence !





## Les marchés de 13 villes de votre département vous invitent à partager 15 jours de pur plaisir et de convivialité...

### Marché d'ARPAJON

Halle d'Arpajon  
vendredi

2 500 € en  
bons d'achat à gagner  
les vendredis 18 et 25 mars

Bons  
d'achat

### Marché de JUVISY-SUR-ORGE

mercredi et samedi

3 000 € en  
bons d'achat à gagner  
les 16, 19, 23 et 26 mars

Bons  
d'achat

### Marché des ULIS

mardi, vendredi  
et dimanche

2 000 sacs cabas  
à gagner

les 18, 20, 25 et 27 mars



### Marché de BRÉTIGNY-SUR-ORGE

jeudi et dimanche

1 000 € en  
bons d'achat à gagner  
les dimanches 20 et 27 mars

Bons  
d'achat

### Marché de MORSANG-SUR-ORGE

Marché la Forêt  
mercredi et samedi

80 paniers  
garnis à gagner  
les samedis 19 et 26 mars



### Marchés de VIGNEUX-SUR-SEINE

Anatole France  
jeudi et dimanche

Patte d'Oie  
mercredi, vendredi  
et dimanche

3 000 € en  
bons d'achat à gagner  
les 17, 18, 20, 24, 25 et 27 mars

Bons  
d'achat

### Marché de CHILLY-MAZARIN

mardi, jeudi et dimanche

2 000 € en  
bons d'achat à gagner  
Les 17, 20, 24 et 27 mars

Bons  
d'achat

### Marchés d'ORSAY

Centre  
mardi, vendredi et dimanche  
Montdétour

jeudi et dimanche  
1 000 € en  
bons d'achat  
à gagner  
les vendredis 18 et 25 mars

Bons  
d'achat

### Marchés de CORBEIL-ESSONNES

Centre  
mardi, vendredi  
et dimanche

Tarterêts  
mercredi et samedi  
Essonnes  
jeudi et dimanche  
1 500 sacs cabas  
et 3 200 € en  
bons d'achat à gagner  
les 18, 19, 20, 25, 26 et 27 mars



Bons  
d'achat

### Marchés de PALAISEAU

Centre - jeudi et dimanche  
Pileu - mercredi, samedi  
Lozère - mercredi et samedi  
de nombreux  
coffrets cadeaux  
à gagner  
les 19, 20, 26 et 27 mars

Coffrets  
cadeaux

### Marchés de YERRES

Marché du Centre  
mercredi et samedi  
Rives de l'Yerres  
jeudi et dimanche

3 000 € en  
bons d'achat à gagner  
les 19, 20, 26 et 27 mars

Bons  
d'achat

### Marchés de COURCOURONNES

Marché du Canal  
jeudi

Centre - samedi  
2 000 € en  
bons d'achat à gagner  
les 17, 19, 24 et 26 mars

Bons  
d'achat

### Marché de RIS-ORANGIS

Plateau  
mercredi et samedi  
3 000 € en  
bons d'achat à gagner  
les 16, 19, 23 et 26 mars

Bons  
d'achat



# A gagner 1 chèque-cadeau Air France

D'une valeur de 100,00 € à valoir sur un vol Air France pour une destination en France métropolitaine de votre choix. Chèque-cadeau valable 1 an.

Un chèque-cadeau à gagner sur chaque marché participant à la Grande Quinzaine des Marchés. Participation au jeu réservée aux adultes. Règlement consultable sur le site : [lagrandequinzainedesmarches.com](http://lagrandequinzainedesmarches.com).



## Bulletin à compléter

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse :

Rue.....

Code Postal : .....

Ville : .....

Mail : .....

Tél. : .....

Bulletin à déposer sur le marché, à compter du 18 mars 2011 lors des séances du marché, dans l'urne réservée à cette effet et disponible sur ce marché, et au plus tard lors de la séance du marché précédent la date du dimanche 27 mars 2011 à 13 H. Tout bulletin illisible ou incomplet sera considéré comme nul. Les gagnants seront informés par courrier.

Bulletin à découper. Également disponible sur le site [lagrandequinzainedesmarches.com](http://lagrandequinzainedesmarches.com)

**Des promotions, des sacs cabas,  
des bons d'achat,  
des paniers garnis  
et plein de cadeaux  
à gagner...**