

L'Hérault

LE MAGAZINE DU DÉPARTEMENT – N° 251 – DÉCEMBRE 2015 – HERAULT.FR



**Les Héraultais
solidaires**

P.4





« Rester debout, réagir et s'organiser »

Quelle a été votre première réaction, au lendemain des événements tragiques du 13 novembre ?

Kléber Mesquida: «Après le choc, j'ai d'abord éprouvé une profonde compassion pour les victimes et leurs familles. Je me sens d'autant plus concerné par ce qui s'est passé que je l'ai moi-même vécu à Alger. Et aujourd'hui encore, j'en garde un souvenir terrible. J'ai ensuite dû reporter d'une semaine la session départementale qui devait avoir lieu le 16 novembre, car en tant que député, j'ai été convoqué par François Hollande le même jour pour un Congrès extraordinaire à Versailles.»

Que reprenez-vous de ce rassemblement exceptionnel ?

Kléber Mesquida: «Nous avons eu des échanges d'une grande intensité, des moments forts. Je suis fier de pouvoir dire que la représentation nationale s'est montrée digne et unie. C'est la

preuve que là où il faut protéger les libertés fondamentales, il y a l'unité. Aujourd'hui, c'est vrai, nous sommes tous dans un état d'inquiétude, et nul n'est à l'abri. Des formes de violence sont encore à redouter. Mais tout est mis en œuvre pour les éviter.»

Quel est votre sentiment aujourd'hui ?

Kléber Mesquida: «À travers ses enfants, c'est la patrie des droits de l'Homme qui a été attaquée. Et même au-delà, puisque des représentants de 19 nationalités différentes ont été touchés par le drame. La Liberté a été fauchée par un terrorisme aveugle et sanglant, mené par la haine et le désir de meurtre. Face à cela, nos fonctionnaires ont joué un rôle remarquable: forces de sécurité, pompiers, urgentistes, personnels hospitaliers... tous ont répondu à la détresse des victimes avec cœur et efficacité. La nation tout entière peut en être fière et reconnaissante.»

Le 19 novembre, l'Assemblée nationale a voté à une très large majorité la prolongation de trois mois de l'état d'urgence. Existe-t-il une menace dans l'Hérault ?

Kléber Mesquida : « Le préfet de l'Hérault a réuni 240 élus le 20 novembre dernier pour leur détailler l'application sur le terrain des mesures découlant de l'état d'urgence. Et selon Pierre de Bousquet, il n'y a actuellement pas de menaces circonstanciées qui pèseraient sur l'Hérault. C'est pourquoi il a fait le choix de ne pas bloquer le département, en n'interdisant pas les manifestations publiques, par exemple. »

Alors concrètement, comment se traduit cet état d'urgence dans le quotidien des Héraultais ?

Kléber Mesquida : « La sécurité est renforcée dans les aéroports, les gares, sur les péages autoroutiers et aux frontières, notamment au travers de contrôles et de fouilles plus fréquents et minutieux. Je conseille donc aux Héraultais qui voyagent de prévoir cela dans leur organisation. Des effectifs militaires viennent également appuyer les effectifs policiers déjà mobilisés, en priorité autour des lieux de grand rassemblement. »

« Les réactions ont été très nombreuses. Que ce soit dans les villes ou dans les villages, j'ai observé une même envie de se réunir, se retrouver par-delà les différences. »

Les Héraultais, justement. Quel regard portez-vous sur leurs réactions, depuis le 13 novembre ?

Kléber Mesquida : « Les réactions ont été très nombreuses. Que ce soit dans les villes ou dans les villages, j'ai observé une même envie de se réunir, se retrouver par-delà les différences, pour réaffirmer la volonté de vivre ensemble et en paix. Les appels aux dons de sang ont aussi été très suivis, ce qui montre si besoin en était que les Héraultais, et plus largement les Français, sont généreux et donnent un vrai sens à nos valeurs que sont la liberté, l'égalité et la fraternité. Aujourd'hui et demain, restons debout pour défendre ces valeurs, plus que jamais. »



À Lattes, on a chanté la Marseillaise.

Attentats de Paris: l'Hérault solidaire

Les attentats du 13 novembre à Paris ont choqué l'ensemble des Français. Face à l'horreur, la population de l'Hérault se mobilise. Des minutes de silence sont observées jusque dans les plus petites communes du département. Les collectes de sang font le plein, certaines refusent du monde. Et des initiatives citoyennes éclosent : une veillée à Lattes, des rassemblements à Marseillan, Le Caylar, Bédarieux et Mèze, un temps de recueillement à l'Université de Montpellier à la mémoire du jeune Hugo Sarrade. Tour d'horizon de cet élan de solidarité dans tout le département.



Montpellier

Mémorial aux Trois Grâces

Bougies, textes, messages, photos, fleurs... Depuis les attentats, les Trois Grâces, place de la Comédie à Montpellier, sont un lieu de témoignage et de rassemblement. Alexandre, 21 ans, est venu de Nîmes, en famille. *« Il faut rendre hommage aux victimes, et montrer que l'on n'a pas peur. »* Houcine (photo), 34 ans, est venu spécialement avec ses élèves de Marrakech. *« Il faut sensibiliser les jeunes. Ce qui s'est passé n'a rien à voir avec la religion. On veut envoyer un message d'humanité aux familles. On a tous droit à la vie. »*



Montpellier

L'Université touchée au cœur

Lundi 16, 2 000 personnes se réunissent au campus de la fac de sciences en mémoire d'Hugo Sarrade, étudiant de 23 ans, mort au Bataclan. *« C'était le type d'étudiants qu'on a beaucoup ici, ouverts sur le monde, sur les autres, confie Gilles Halbout, directeur de la faculté. Beaucoup se sont identifiés à lui. Sa famille est liée à l'université : son grand-père y a enseigné, son père y a étudié, sa mère avait étudié à l'IUT. »*



Béziers - Montpellier

Des agents recueillis

Les 5 450 agents du Département travaillent sur plusieurs sites, dans plusieurs communes de l'Hérault. Mais ce lundi 16 novembre, c'est comme un seul homme qu'ils se sont rassemblés devant leurs bâtiments respectifs, pour marquer avec les élus une longue minute de silence. Ils étaient particulièrement nombreux au pied des Hôtels du Département de Béziers et Montpellier.



Villeneuve-lès-Maguelone

L'art, acte citoyen

Samedi 14, des anonymes ont reproduit le symbole « pour Paris » sur la plage de Maguelone. Régine Barthélémy, avocate à Montpellier, a immortalisé l'œuvre. *« C'est très bien fait, en pierre sèche. Un acte citoyen spontané. »* Elle salue ce symbole de paix. *« La seule chose que l'on puisse faire, c'est de continuer à faire des choses civilisées. Partager du beau et du sens dans un bel endroit, quelle meilleure réponse ? »*



Hérault

Sang pour sang solidaire

Un record. La semaine suivant les attentats, 1594 dons de sang ont été recueillis dans le département. Les collectes font le plein : 226 personnes à Agde, 50 à Aniane, 202 à Frontignan... À Montady (photo), une centaine de donneurs se sont présentés lundi 16, contre une soixantaine en temps normal. « On a vu pas mal de jeunes, plus que d'habitude », raconte Serge Fresquet, de l'amicale des donneurs de sang du village. Son espoir : que cet élan se prolonge. « Les malades auront toujours besoin de ce geste de générosité. »



Lattes

Une veillée solidaire

Lundi 16, à la tombée de la nuit, 1200 personnes se réunissent face à la mairie de Lattes. « Les gens avaient besoin de se retrouver avec leurs proches pour parler de tout cela », précise Cyril Meunier, le maire. Une veillée aux bougies au son de l'hymne de l'Europe et de la Marseillaise. « Le plus marquant, c'est que des centaines de personnes sont restées là dans la nuit, une heure ou plus, à s'embrasser, discuter longuement en petits groupes. »



Hérault

De longues minutes de silence

Parmi de nombreux lieux : 1000 personnes à Lunel, 300 à Mèze (photo) ou Bédarieux... Lundi 16, à midi, la minute de silence rassemble la population. Le public entonne souvent la Marseillaise. À Bédarieux, la population s'est invitée au rassemblement des agents municipaux. « On s'est retrouvé plusieurs centaines, une belle surprise », raconte un agent.



Le Caylar

Une rencontre citoyenne

Dimanche 15, les habitants du Caylar se réunissent avec les élus pour une minute de silence, une Marseillaise, et un temps d'échange. « Les gens sont restés une heure devant la mairie. Ils avaient des choses à se dire », raconte le maire, Jean Trinquier. Réunir 60 personnes sur 460 habitants, alors qu'on n'a pas eu le temps de communiquer, c'est symbolique. On se sent tassé par ces choses-là. Que faire, sinon se réunir et se parler ? »



Montpellier

Rassemblement pour la paix

Dimanche 22 novembre, 4000 personnes participent à une marche silencieuse à travers Montpellier « contre la violence et pour la paix ». Aux côtés des élus, acteurs associatifs, représentants religieux, de nombreux citoyens de tout le département. Parmi eux, Mila, 14 ans, tient une rose blanche, « un symbole de paix. On montre qu'on est unis, tous ensemble. » Pour Angela, 52 ans, il s'agit de « se mobiliser pour défendre la démocratie, le vivre ensemble. On est tous les étoiles d'un même ciel. »



Marseillan

La jeunesse témoigne

« Contre la barbarie, pour la liberté et la paix ». Samedi 21, 11 h, 200 personnes sont réunies place de la République, à Marseillan. Devant les portraits des victimes, Sarah, 14 ans, prend la parole : « Nous sommes attristés, effondrés, désespérés (...) Mais le passé le prouve, l'homme a toujours trouvé la force de se relever, de se reconstruire, de reprendre espoir. Il nous faut retrouver le chemin de l'humanité, de la confiance et de l'optimisme. »

Vivre

ensemble, toujours

Tout au long de l'année, partout dans l'Hérault, enseignants et associations travaillent avec les élèves sur ce que sont la République et ses valeurs, le respect, la laïcité et la tolérance. Exemples à Lodève et Montpellier.

Les 16 et 17 novembre derniers, il était prévu de longue date que la Fédération Léo Lagrange intervienne au collège Paul Dardé, à Lodève. Le thème ? « Pour vivre ensemble, faisons un pas », un atelier qui traite des différentes formes de violence. « Nous avions prévu cette intervention depuis longtemps, pour toutes nos classes de sixième. » confie Delphine François, CPE du collège. « C'était donc un hasard. Du coup, la présentation a été adaptée à la situation du moment. Le fait de donner la parole aux enfants était essentiel. Par ailleurs, la dernière heure de cours du lundi matin était destinée à recueillir le ressenti des enfants. Et lorsqu'à midi, nous avons réuni les 750 élèves dans la cour et que le Principal a pris la parole, c'était un moment très digne et solennel qui a été

totalelement respecté par tous. » La peur, l'inquiétude de ce que sera l'avenir, les interrogations sur la notion de guerre, une guerre qu'ils doivent subir sans comprendre et sans l'avoir choisi, sont les éléments les plus récurrents dans le discours des enfants.

Pas peur de sortir

À Montpellier, Joachim, 11 ans, confirme : « quand j'ai compris que c'était une preuve de guerre et pas un acte isolé, j'ai eu un peu plus peur car ça peut arriver partout, concède cet élève de 6^e à Montpellier. Après, je n'ai pas peur de sortir de chez moi car si on ne sort plus de chez soi, ils vont croire qu'ils ont gagné. »

C'est important d'avoir régulièrement des espaces de parole pour parler avec les élèves des questions de société, parfois brûlantes, en fonction de l'ac-

tualité. Bien sûr, les enseignants sont là et les mouvements associatifs d'éducation populaire leur prêtent main forte pour développer des actions, afin de donner aux jeunes le goût pour la vie en société, le sens des responsabilités, le respect et l'intérêt pour les autres. Cette même Fédération Léo Lagrange, soutenue par le Département, propose aussi des ateliers *Démocratie et courage!* « Grâce à ces interventions dans les collèges de l'Hérault qui le demandent, nous proposons des outils de prévention pour lutter contre le racisme, les comportements violents, le sexisme et l'homophobie. » explique Manon Melendez, animatrice. « Nous intervenons sur des thématiques précises pour lutter contre les discriminations, avec des méthodes ludiques et participatives, sur tous les sujets de société. » Thèmes abordés: « Préjugés, quand tu nous tiens! » traite de la question des discriminations racistes et antisémites. « Le

respect, c'est mutuel! » permet de discuter des stigmatisations sexistes et homophobes.

Passeport citoyen

Direction Montpellier, collège Les Escholiers de la Mosson. Ici aussi, comme nombre d'autres établissements, les équipes enseignantes se mobilisent toute l'année pour promouvoir les valeurs de la République et monter des projets pédagogiques.

La Ligue de l'Enseignement Hérault est venue proposer aux élèves un « passeport citoyen », véritable outil d'éveil à la citoyenneté, à la fois ludique et éducatif. Dotés de ce passeport, les collégiens ont parcouru la ville selon un itinéraire historique sur les traces de la laïcité. Par la mise en situation et par des ateliers où ils deviennent acteurs, les jeunes peuvent ainsi se préparer à devenir des citoyens responsables et à comprendre le monde.



Julie Garcin-Saudo, conseillère départementale déléguée à la citoyenneté.

« L'apprentissage de la citoyenneté passe par l'éducation. Le droit à l'instruction est une des valeurs fondamentales de notre société. Notre mission est de donner aux enfants le sens du partage, du don de soi. Le respect d'autrui, les valeurs de l'altruisme sont les premières armes pour lutter contre l'obscurantisme.

Je pense à des exemples simples et concrets: au sein ou à égal du stage en entreprise demandé en classe de 3^e, pourquoi ne pas orienter les jeunes à partager du temps dans des structures citoyennes et des actions civiques et associatives. Je suis prête à encourager ce type d'initiatives! »



Le Conseil départemental des Jeunes est un outil important du Département, au service de l'éducation à la citoyenneté. Les collégiens candidats vont entrer en campagne le mois prochain. Elections programmées le 2 février dans les collèges.

La vigilance, c'est l'affaire de tous

État d'urgence oblige, la sécurité est renforcée dans les lieux publics. Mais sachez-le : la vigilance n'est pas réservée aux seules forces de l'ordre. Tous les citoyens ont un rôle à jouer. Et ça a déjà fait la différence. Quelques conseils :



Restez vigilants, même quand on a l'impression que la menace terroriste s'affaiblit.

Respectez les consignes, principalement dans les lieux publics : ne pas laisser ses bagages sans surveillance, ne pas se garer devant des endroits qui font l'objet d'une interdiction au titre de Vigipirate, faciliter les contrôles effectués dans les transports et aux accès des bâtiments ouverts au public.

Signalez toute activité suspecte, parce qu'elle vous semble inhabituelle, et qu'elle n'est pas caractéristique de l'endroit où vous vous trouvez. Cette attitude de vigilance a déjà permis de déjouer de nombreuses tentatives d'attentats et d'actes de malveillance.

Facilitez les opérations de contrôle et les accès des unités de secours et d'intervention.

(source : risques.gouv.fr)



L'Hérault

LE MAGAZINE DU DÉPARTEMENT — N° 251 — DÉCEMBRE 2015 — HERAULT.FR

10 - La grosse actu

Des fêtes 100 % Hérault

12 - Comment je fais pour...

... booster l'économie de mon département ?

13 - Les perles de l'étang

14 - La vie d'élus

Bernadette Vignon et Claude Barral

16 - Noël solidaire

Familles d'accueil: ne plus être seul

18 - Shopping

Des idées cadeaux 100 % Hérault

20 - Bienvenue dans notre canton

Le canton de Gignac

24 - L'Hérault en bouteilles

Il n'y a pas que du vin par ici

26 - La fiche biodiversité

L'âne domestique

27 - Sortir

Les rendez-vous culturels du mois

30 - On fond pour le chocolat

33 - Top 5

Ces artisans de la matière

34 - Le miel dans tous ses états

35 - 10 idées pour le week-end

39 - Recettes de Noël



L'Hérault

1 000, rue d'Alco 34087 Montpellier/Tél rédaction: 04 67 67 64 41/Mail: courrier@herault.fr/Directeur de la publication: Kléber Mesquida/
Co-directeur de publication: Renaud Calvat/Directeur de cabinet: Thierry Negrou/Directrice de la communication: Monique Ducasse/Rédacteur en chef: Jean-David Bol/Rédaction: Claire Vincent, Justine Landais, Isabelle Smiraglia, Arnaud Tarroux, Fabienne Cottin, Françoise Besset et Agence JAM. Photos: Christophe Cambon (p 2, 3, 9, 14, 15, 20, 21, 24, 30, 32, 33, 39); Olivier Mas (p 9); Claire Vincent (p 11, 16, 24); Fabienne Cottin (p 33); Isabelle Smiraglia (p 34); Fish'Eye (p 11); OT St Guilhem Argileum (p 21); Maarten Vanden Abeele (p 19); Dusko Miljanic (p 19); Loll Willems (p 27); Gérald Perez (p 32); CCVH (p 36); L'Apprenti Sorcier (p 37); Ville de Frontignan (p 37); Shutterstock (p 12, 24, 34); DR (p 4, 5, 7, 8, 18, 24, 28, 29)/
Illustrations: Les Dissidents (p11); Moon Dog (p 17); John Walsh (p 26); Aurel (p 40)/Création: Lowe Stratéus/Mise en page: Étincelle/Photogravure: Chirripo/Impression: Maury Imprimeur. Imprimé sur du papier recyclé fabriqué en France, dans le respect de la charte sur les déchets, les produits dangereux et toxiques sur papier issu de forêts gérées durablement/issn: 1155-1259.



CAP COM

Prix de la presse territoriale 2013

Pour recevoir **gratuitement** le Magazine, en version papier ou web, et la Newsletter du Département :
04 67 20 40 23 et sur www.herault.fr

Des fêtes 100 % Hérault

Et si cette année, on bousculait un peu les habitudes ? Si on jouait l'originalité en se concoctant des assiettes 100 % Hérault ? Car vous allez le voir, ce n'est pas le choix qui manque ! Pour vos idées de menus, les idées abondent. Alors, chiche ?

10

C'est le nombre de vins AOP (appellation d'origine protégée, ex-AOC) dans l'Hérault : Languedoc, Faugères, Saint-Chinian, Clairette du Languedoc, Minervois et les muscats (Saint-Jean-de-Minervois, Frontignan, Mireval et Lunel).

Et voilà, décembre est là. En général, on se pose traditionnellement la même question : « Bon, on fait quoi pour les fêtes ? ». Eh oui, le compte à rebours est lancé : il va falloir acheter les cadeaux et les emballer, puis établir les menus et faire les courses pour que rien ne manque le jour J. Vous sentez la pression qui commence à monter ? Pas de panique : le Département vous facilite les fêtes.

Réveillon avant l'heure

Que diriez-vous d'un lieu où vous pourriez déguster les produits de l'Hérault et découvrir des recettes originales pour inspirer vos menus de fêtes ? Où vous pourriez trouver des idées cadeaux qui sortent de l'ordinaire pour régaler vos proches ? Cet endroit, c'est le domaine d'O à Montpellier. Les 11 et 12 décembre,

la magie de Noël envahit les lieux pour un week-end très spécial : *Vincœurs et Saveurs d'Hérault*. Le vendredi 11, de 19 h à minuit, apprêtez-vous à vivre un réveillon avant l'heure : une soirée élégante et en musique, ponctuée de dégustations et d'ateliers. Un coup de cœur sur un produit du terroir, un vin ? Achetez-le directement au producteur, pour offrir ou pour garnir votre table le soir de Noël.

Un marché qui swingue

Le lendemain, de 10 h à 19 h, venez vivre une journée festive et conviviale. Dans les allées du domaine d'O, un marché de Noël 100 % Hérault prend ses quartiers. L'occasion d'aller à la rencontre de chefs, d'artisans de bouche, de viticulteurs et d'agriculteurs, et de découvrir la passion et les histoires qui existent



Pélardon, châtaignes, safran... les produits de l'Hérault s'invitent à votre table! Retrouvez sur herault.fr les producteurs présents à Vincœurs et Saveurs les 11 et 12 décembre au domaine d'O à Montpellier.

derrière leurs produits. Le tout dans une ambiance swing, jazzy et familiale. Et là encore, c'est l'occasion de donner un coup de pouce au père Noël en achetant des produits bien d'ici, des produits qui ont une âme et du caractère, qui se démarquent.

Toute l'année

Au-delà de cet événement *Vincœurs et Saveurs d'Hérault*, qui a lieu sur deux jours, c'est toute l'année, au fil des saisons, que vous pouvez (re)découvrir les produits d'ici. Et pour les fêtes qui se profilent, faites-vous un menu «made in aqui». En entrée, des huîtres de Thau, bien sûr! Crues ou cuites, c'est un régal (lire aussi page 13). Ensuite, de l'agneau du Larzac aux marrons d'Olargues. À moins que vous ne préfériez du taureau de Carmargue AOP aux oignons doux de

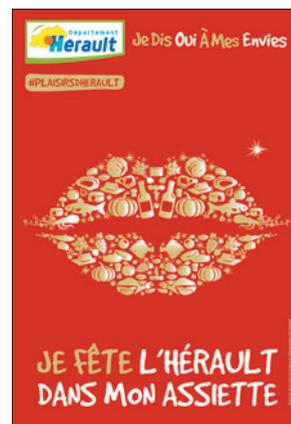
Nézignan-l'Évêque, revenus dans de l'huile d'olive de Clermont-l'Hérault. Vous êtes plutôt poisson? Optez pour une belle baudroie ou des rougets en provenance de la criée départementale du Grau-d'Agde ou de celle de Sète. Après ça, des toasts de brebis ou de péladon AOP des hauts cantons, tartiné de miel du Parc naturel régional du Haut-Languedoc. Et enfin, les traditionnels 13 desserts... s'il vous reste de la place!

Téléchargez le guide hiver «Saveurs d'Hérault» avec conseils, recettes de chefs et idées cadeaux. Rendez-vous sur herault.fr

Un affichage qui ne coûte rien!

Mieux, il rapporte! Mais comment est-ce possible? Pendant des années, le Département a construit son réseau d'affichage avec des entreprises. Aujourd'hui, il en utilise une partie et loue l'autre. L'argent ainsi récolté est réinvesti. Du coup, l'affichage ne coûte rien. Malin, non?

Ce mois-ci le long des routes, une bouche gourmande à plus d'un titre. Regardez de plus près, ces lèvres pulpeuses sont en fait composées des produits de nos terroirs. Huîtres, vins, fromages, poissons, raisin, etc. Autant de bonnes raisons de fêter l'Hérault dans votre assiette. Alors à table aussi, «je dis oui à mes envies»!





Pour booster l'économie de mon département

Adoptez la «circuit court attitude»: les fêtes de fin d'année sont l'occasion rêvée pour consommer de façon plus citoyenne.

Et si vous utilisiez les circuits courts pour composer vos repas de fêtes? Aujourd'hui, un producteur sur cinq vend en circuit court. Ce mode de commercialisation peut prendre différentes formes: vente à la ferme et sur les marchés (notamment ceux labellisés «Producteurs de pays»), boutiques de producteurs indépendants (comme les Boutiques paysannes), groupements de type Amap (association pour le maintien de l'agriculture paysanne), dans lesquels le producteur vend des paniers sur abonnement. Des produits du terroir aux créations artisanales, en passant par le traditionnel sapin, vous trouverez forcément des idées de shopping près de chez vous.

En consommant local, vous faites un choix gagnant pour:

- la santé et les papilles:** bénéficiant d'une meilleure traçabilité, les aliments locaux sont aussi plus frais, plus faciles à cuisiner et plus savoureux,
- le porte-monnaie:** la proximité du lieu de production et la réduction des marges d'intermédiaires permet de diminuer le prix de vente,
- l'environnement:** les biens produits sur place entraînent un coût énergétique et une pollution moindres que les produits importés,
- le territoire:** acheter près de chez soi, c'est contribuer à l'emploi local. Alors, pour un Noël joyeux et responsable...

Témoignage

**Benoit Thérond, vigneron
(et producteur de safran)
au Mas Gourdou, à Valflaunès**

« Au-delà de son intérêt économique, le circuit court offre aux producteurs un gain de notoriété: les gens à qui je fais goûter mes vins et visiter mon domaine en leur expliquant ma façon de travailler deviennent mes meilleurs ambassadeurs. Cette dimension humaine, conviviale, donne aussi du sens à mon métier: je serais frustré de n'avoir aucun retour sur mes produits. Dans une optique d'accueil pédagogique autour de l'agriculture durable, je participe donc chaque année à l'opération « De ferme en ferme » organisée par le Civam LR. Et j'essaie de développer des manifestations au caveau qui contribuent aussi à animer le territoire: par exemple, les 12 et 13 décembre, j'organise des portes ouvertes autour d'une grande crèche réalisée par un artisan, local bien sûr! »

Pratique

Contacts

www.herault-loisirs.fr
www.herault-tourisme.com
(marchés de Noël et produits du terroir)
www.marches-producteurs.com/herault
www.bienvenue-a-la-ferme.com/contact?idr=187615
www.bio34.com/
www.reseau-amap.org/amap-34.htm
www.boutiquespaysannes-lr.fr/lire/index.php?rubid=20
www.coopdefrance-lr.com/index.php/fr/les-cooperatives/carte-des-cooperatives
www.vente-directe-vigneron-independant.com/

Les perles de l'étang

Ce sont les stars des repas de fêtes, l'étang de Thau est leur écrin. Elles, ce sont les huîtres de Bouzigues. Qui mieux qu'Audrey Imbert, conseillère départementale et conchylicultrice, pour nous en parler ?

D'un côté, il y a les puristes. Ils les dégustent crues avec un bon pain de seigle et du beurre salé. Mais attention : sans citron ! Car comme l'a dit un jour un conchyliculteur d'ici : « Si le bon Dieu avait voulu qu'on mette du citron sur nos huîtres, il aurait planté des citronniers autour de l'étang ! » L'interdit n'affecte pas Audrey Imbert, qui le concède dans un sourire : « De toute façon, moi je suis plutôt vinaigre-échalotes. »

Un goût de noisette

Alors, pourquoi est-elle si appréciée, cette huître de Thau ? « D'abord parce qu'elle a un taux de chair plus important que la moyenne, c'est équivalent à de la spéciale, explique l'élue, déléguée à la conchyliculture. Elle a aussi une salinité plus importante que les Marennes d'Oléron et un goût prononcé de noisette. »

Parfois, l'huître de Thau est laiteuse et ça, certains aiment, d'autres non. « En fait, ça se produit l'été, au moment de la reproduction. Et ça ne concerne qu'un type d'huître : la diploïde. Il existe aussi la triploïde, qui a été modifiée : celle-là n'est jamais laiteuse et elle grandit plus vite, elle reste environ 8 à 10 mois dans l'étang au lieu de 12. »

Certains l'aiment chaude

À côté des puristes, il y a les fans d'huîtres chaudes, gratinées, pochées ou panées. Car il existe de nombreuses recettes, aussi appétissantes les unes que les autres. « Certains mettent juste du gruyère dessus et les passent au four, d'autres les font au beurre d'ail ou encore au champagne, détaille Audrey Imbert. Moi, j'y mets du saumon, de la crème et au four. » À en croire les sites de recettes, l'huître se marie bien aussi

« L'huître de Bouzigues a un taux de chair et une salinité plus importants que la moyenne et un goût prononcé de noisette. »

avec le safran, cultivé d'ailleurs à plusieurs endroits dans l'Hérault. Vous trouverez la liste des producteurs sur le site bio34.com et plusieurs recettes gourmandes sur paniersdethau.fr.

Dans le verre

Et une fois qu'on a choisi sa recette, on l'accompagne avec quoi ? « Un Picpoul, bien sûr, même si d'autres blancs d'ici vont très bien avec. » À consommer avec modération, cela va de soi.



Bernadette Vignon et Claude Barral

Ils sont élus du canton de Lunel. Elle préside la commission des solidarités départementales, lui est vice-président délégué au développement économique et touristique. Derrière eux: le château de Marsillargues, dont la salle de mariage va être restaurée, avec l'aide du Département.





Valoriser

Sur le site archéologique d'Ambrussum, ancien oppidum gaulois situé sur la Voie Domitienne. Le Département a contribué à la réalisation du musée qui met en valeur un patrimoine exceptionnel.



Échanger

Dans le cadre du projet de contrat de ville, et à l'occasion de la venue de Myriam El Khomri, alors Secrétaire d'État à la Ville, nous allons à la rencontre des jeunes Lunellois.

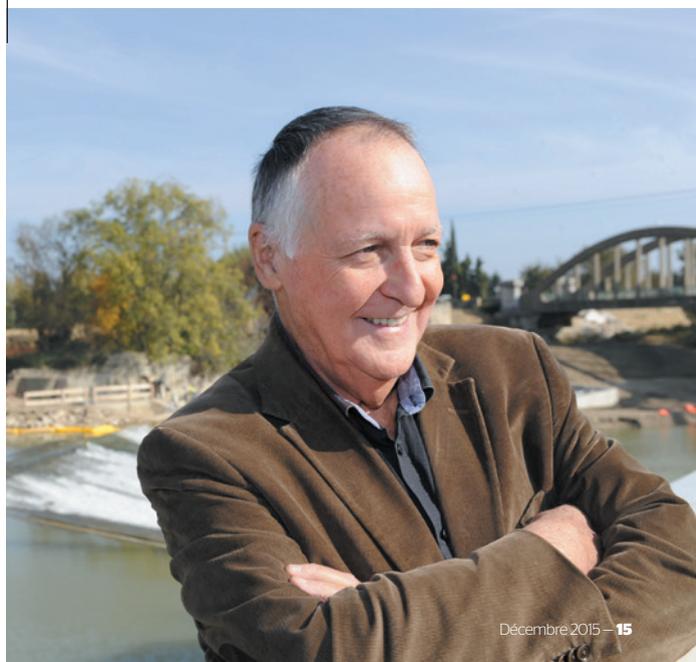
Accompagner

À la cave de Saint-Christol, au moment des vendanges. Le Département accompagne et soutient la viticulture et les actions liées à l'œnotourisme sur le territoire du Lunellois.



Protéger

Le Vidourle, on l'aime et on le redoute. Le Département s'y est fortement investi aux côtés des collectivités, dans les nombreux travaux d'aménagement et de mise en sécurité des biens et des personnes, pour lutter contre les inondations.





Famille d'accueil : ne plus être seul

Être âgé ou handicapé et vivre dans une famille qui vous accueille, c'est une alternative à la maison de retraite peu connue du public. Une façon aussi de ne pas être seul au moment des fêtes de Noël.

Du haut de ses 96 ans, Pierrette est radieuse. Depuis deux ans, elle a quitté son petit appartement pour Saint-Chinian, où elle a rejoint la famille de Julie Benezech, une famille d'accueil devenue « sa » famille au quotidien. « On est bien chez le roi, mais on est mieux chez soi », se plaît-elle à dire malicieusement. Comme la plupart des personnes très âgées, elle ne pouvait plus rester seule chez elle. « Ici, c'est une maison de vie », confie-t-elle. Malgré son grand âge et son handicap — elle est sur fauteuil roulant —, Pierrette s'est adaptée et a su trouver sa place. Elle dispose d'une chambre spacieuse, confortable et ensoleillée dans laquelle elle a gardé ses objets personnels et où elle peut séjourner à sa guise. « Je suis un peu comme la grand-mère des enfants de Julie. Lorsqu'ils rentrent de l'école, on révisé

ensemble les tables de multiplication. » « C'est beau d'agir ainsi contre leur isolement », souligne Patricia Weber, vice-présidente déléguée aux solidarités à la personne. *Le Département est aux côtés de ces familles lorsque les personnes âgées qu'elles accueillent ne peuvent plus rester seules chez elles.* Julie, qui était aide-soignante, a choisi de devenir accueillante familiale lorsqu'elle et son mari ont acheté et transformé leur maison. « Cela s'est fait très naturellement. Mon grand-père de 94 ans vivait déjà avec nous, alors nous avons tout organisé pour donner une bonne vie à d'autres personnes âgées. » À Noël, comme tout au long de l'année, Pierrette pourra recevoir la visite de sa propre famille, en concertation avec Julie. Et elle passera le jour de Noël bien entourée par sa deuxième famille.

Accueillant familial : un vrai métier

Qui peut être accueillant familial ?

Sous réserve de l'obtention d'un agrément attribué par le Département, toute famille s'engageant à garantir la santé, la sécurité et le bien-être physique et moral d'une personne âgée ou d'une personne adulte en situation de handicap.

Les conditions de l'agrément

Le logement doit être adapté aux contraintes liées au grand âge ou au handicap.

L'accueil doit être assuré de façon continue.

La famille accepte le suivi social et médico-social des personnes accueillies.

Elle s'engage à suivre une formation initiale et continue. Une rémunération est fixée par contrat écrit en accord avec la personne accueillie ou son représentant légal.

Les modalités de l'agrément

Il est délivré pour 5 ans par le Département pour l'accueil d'une à trois personnes maximum. Les services du Département vérifient régulièrement que les conditions et la qualité de l'accueil des personnes soient respectées.

La marche à suivre

Prendre contact avec le service « Accueil familial et protection des majeurs » du Département. Vous serez convié à une réunion d'information et de sensibilisation, et un dossier de demande d'agrément vous sera remis.

En savoir plus

herault.fr et 04 67 67 63 84
le matin
accueilpaph@herault.fr
Sites : famidac et asdaf

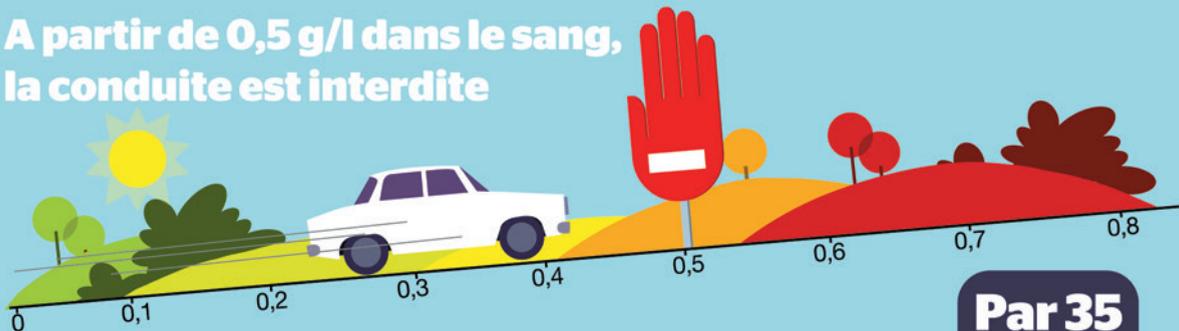
En chiffres

123 familles accueillantes sont agréées par le Département dans l'Hérault.

Alcool au volant : éviter que la fête tourne au drame

Pour les fêtes, on met les p'tits plats dans les grands. Apéro, entrées, viande, fromages, desserts... Les plats défilent et avec eux, les bouteilles. Mais même pendant les fêtes, ne l'oublions pas : celui qui conduit, c'est celui qui ne boit pas.

A partir de 0,5 g/l dans le sang, la conduite est interdite



Le risque d'accident est multiplié par le degré d'alcool dans le sang...



93% des conducteurs impliqués dans un accident sont des hommes

62% L'alcool est présent dans 62% des accidents mortels les nuits de week-end et jours fériés

Pour vous donner une idée...

1 verre de vin 10 cl à 12° = 1 verre de bière 25 cl à 5° = 1 verre d'alcool fort : 3 cl à 40° = **0,2 g/l dans le sang**

© COUDOUY



Pour Noël, offrez de la poésie: des bons d'achat pour aller voir *Kiss and Cry* à SortieOuest, à Béziers.



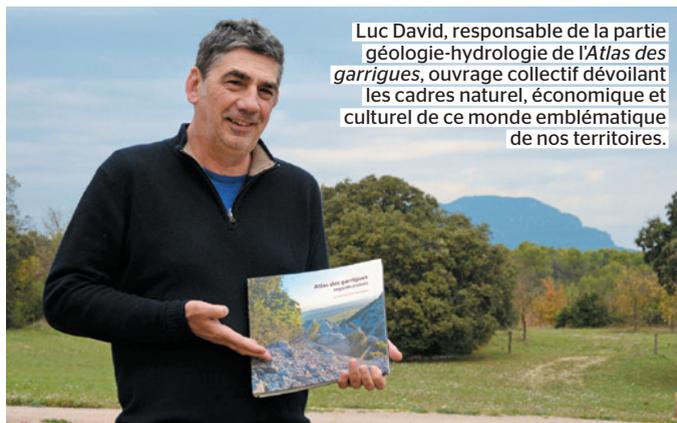
Une des bulles semi-transparentes de l'Astronarium d'Aniane, un vrai balcon sur les étoiles.



Des sacs en bâche recyclée, fallait y penser! À découvrir dans les ressourceries Erca.



Un spectacle en cadeau? Pourquoi pas! *Clockwork* passe au domaine d'O, à Montpellier.



Luc David, responsable de la partie géologie-hydrologie de l'*Atlas des garrigues*, ouvrage collectif dévoilant les cadres naturel, économique et culturel de ce monde emblématique de nos territoires.



Avec la laine de ses chèvres Angora, Aurélie Dumény réalise de belles pièces pour l'hiver.

SHOPPING

Des idées cadeaux 100 % Hérault

Vous vous creusez la tête pour trouver le cadeau idéal ? Vous avez de la chance, dans l'Hérault il y a tout ce qu'il vous faut. Luxueux ou à petit prix, mais toujours originaux. Petite sélection non exhaustive...

Pour Noël, offrez un spectacle !

Imaginez : un joli coffret renfermant un bon d'achat pour des places de concert, de théâtre ou de cirque, agrémentées de petites surprises gourmandes made in Hérault ? C'est l'idée des coffrets « *Je dis oui à mes envies* » qui seront en vente à partir du 11 décembre au domaine d'O à Montpellier, dans le cadre de *Vincœurs et Saveurs* (lire pages 10-11). Vous allez le voir, le choix est varié. À SortieOuest, au domaine de Bayssan : offrez de la danse avec *Kiss and Cry*, du jazz avec James Carter ou du théâtre avec *Monsieur de Pourceaugnac*. Au domaine d'O : offrez du cirque en famille avec *Jongle, Flaque, Clockwork* ou encore *Cabaret 25*, tout au long du mois de décembre. Offrez aussi un concert acrobatique avec *Humour in concert*, en février. Et faites plaisir aux fans de lyrique en leur offrant une place pour *Orphée aux enfers*, qui aura lieu en juillet prochain.

Bons d'achat de 24 à 28 €, donnant droit à 2, 3 ou 4 places en fonction des spectacles, pour les festivals hiver et été. Détails sur herault.fr

En cette saison frisquette, on se met au chaud

Depuis 2008 la ferme d'Auré, à Roujan, élève des chèvres angoras pour tricoter plaids, chaussettes ou pulls douillets. « *La tonte a lieu deux fois par an. Les poils les plus doux sont sélectionnés pour être en contact avec la peau. Le mohair est une fibre naturelle plus isolante que la laine et qui dure longtemps* », explique Aurélie Dumény. À partir de 20 € la paire de chaussettes, jusqu'à plus de 300 € pour un pull tricoté main. www.mohair-et-lama.fr

La tête dans les étoiles et les pieds au chaud sous la couette c'est possible grâce à l'Astronarium d'Aniane. « *C'est l'un des plus grands observatoires amateurs d'Europe*, explique Alexandre Chanaud, son responsable. *Nous l'avons repris en janvier 2015, nous en avons amélioré l'accueil et les services.* » Avec entre autres la possibilité d'offrir - ou de s'offrir - une nuit insolite dans une chambre dôme au toit transparent. Comptez 129 € pour le must, une bulle double, avec spa privatif. Le bon-cadeau est valable un an. www.astronarium.fr

Un cadeau et un geste utile

Association d'insertion par l'activité économique, Gammes s'inscrit dans une logique d'« éco-exemplarité » destinée à réduire les déchets par le réemploi des bâches PVC et chutes de tissus. Des produits non biodégradables sont revalorisés et deviennent des lignes de sacs et d'accessoires. Des créations originales dont les prix oscillent de 3 €, pour un porte-monnaie, à 50 € pour certains sacs. À voir au 1 rue Meyrueis, à Montpellier, et dans les sites Erca. Liste complète sur www.gammes.org/erca.

Savez-vous que nos garrigues abritent sept sortes de cigales ?

Pour tout savoir sur notre environnement entre mer et Cévennes ouvrez *l'Atlas des garrigues*, une somme passionnante de 360 pages, avec de nombreuses photos et plus de 80 cartes. Scientifiques (écologues, géologues, archéologues, géographes, historiens...) mais aussi gens du terroir - au total plus de 100 auteurs - ont collaboré à ce beau livre de référence. Édité par Les Écologistes de l'Euzière. 44 €.

BIENVENUE DANS NOTRE CANTON

Gignac, un canton où il fait bon vivre

Célèbre pour sa viticulture et pour ses sites remarquables labellisés Grand Site de France®, le canton de Gignac est un joyau de culture dans un écrin de nature. Entrez dans une vallée de légendes, sur les pas de Nicole Morère et Louis Villaret.



Saint-Guilhem-le-Désert, l'un des plus beaux villages de France. Point de départ de la randonnée "Notre-Dame du Lieu Plaisant", référencée dans le topo-guide L'Hérault à pied.



Nicole Morère et Louis Villaret devant le pont du Diable, halte touristique incontournable sur le chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle.

Notre balade

Le pont du Diable symbolise la démarche Grand Site de France® qui a permis de faire connaître notre territoire et de mieux accueillir les visiteurs, tout en préservant l'identité et l'authenticité des lieux pour les Héraultais. C'est un point central, au cœur de toutes les passions: loisirs de pleine nature, œnologie, visites historiques et culturelles, pratiques artistiques, recherche de spiritualité... Et avec ces couleurs automnales, l'endroit est tout simplement magique!

Les bons plans



Les Féeries d'Aniane

Jusqu'au 3 janvier, le centre-ville rénové d'Aniane se pare de mille couleurs. Vivez la magie des contes de Noël avec la plus grande crèche grandeur nature de France et un marché de Noël illuminé.



Argileum

Saint-Jean-de-Fos est un village de potiers connu depuis le Moyen Âge. Argileum, la Maison de la poterie, propose des ateliers de modelage pour réaliser des décors de Noël: www.argileum.fr



Gignac

Visible de loin grâce à sa tour et à son chemin de croix, Gignac est une ville médiévale riche d'histoire et de traditions. Ici, on croit aux miracles de la Vierge et chaque année, à l'Ascension, on fête l'âne Martin, animal totemique et protecteur du village, qui aurait sauvé la population d'une attaque sarrasine en 719.



Montpeyroux

Situé au pied du massif de la Séranne, Montpeyroux est un territoire viticole d'exception et un point de départ idéal pour les balades. Une nouvelle randonnée de deux heures, labellisée œnotourisme, a récemment vu le jour au départ de CastelBarry, la cave coopérative artisanale de Montpeyroux. Fiche descriptive sur herault.ffrandonnee.fr

EXPRESSION LIBRE

Ces propos sont sous la stricte responsabilité de leurs auteurs. Loi de démocratie de proximité (27/02/2002)

Groupe Majoritaire Gauche Républicaine

Liberté - Égalité - Fraternité

La France vient de subir une épreuve de guerre. La plupart des victimes des attentats de Paris n'avaient pas 30 ans et les kamikazes, programmés pour tuer par l'organisation du crime de l'obscurantisme contre la civilisation, avaient leur âge. Notre peine est immense. Aucun mot ne suffit à exprimer l'émotion de l'ensemble des Français dans ce moment d'horreur. En tuant les enfants de notre communauté nationale, c'est la France et les valeurs de la République qui sont la cible de ces actes barbares. Le président de la République a réagi rapidement et avec fermeté, décrétant immédiatement l'état d'urgence, le contrôle aux frontières et le deuil national. Appelant à la concorde nationale pour lutter par la raison contre ce qui échappe à la raison, il a reçu tous les responsables politiques. Chacun doit apporter son soutien sans faille à la défense de la République. C'est ce que les Français, dignes dans le drame, attendent : la démocratie plus forte que la terreur. Devant le Congrès réuni à Versailles, le président de la République s'est adressé avec gravité, solennité et détermination aux parlementaires. Les mesures annoncées par le chef de l'État sont à la hauteur des défis posés par la guerre contre le terrorisme qui a de nouveau frappé la France au cœur de sa capitale. La sécurité des Français nécessite des mesures fortes, des évolutions institutionnelles et une révision de la Constitution pour moderniser et consolider l'état d'urgence. Le combat contre l'ennemi identifié « l'organisation terroriste de Daech » appelle aussi une solidarité européenne et une mobilisation internationale. De nombreux chefs d'État ont manifesté au président François Hollande leur attachement à nos valeurs républicaines. Le temps de l'action est venu, dans l'épreuve nous sommes aux côtés du Gouvernement pleinement mobilisé pour assurer la sécurité des citoyens et nous soutenons les mesures d'exception décidées.

Après le noir du deuil, l'hommage aux cœurs qui ont cessé de battre et le respect du silence à la mémoire des vies dévastées, tous les citoyens du monde épris de liberté portent aux côtés des Français le bleu, le blanc et le rouge en témoignage de leur solidarité. Nos couleurs sont devenues celles de la résistance à la guerre de notre temps et les valeurs de notre République le socle de la lutte contre le terrorisme : Liberté - Égalité - Fraternité

Renaud Calvat
Président du Groupe

Groupe Hérault Citoyens

Des citoyens engagés !

Depuis mars 2015, le groupe Hérault Citoyens n'a eu de cesse de prôner au sein de l'assemblée départementale l'équilibre territorial entre urbain, périurbain, rural et hyper-rural. Ce positionnement est rendu possible car les élus du groupe sont avant tout des citoyens qui n'appartiennent à aucun parti politique. Nous avons décidé de conserver notre liberté d'expression. Affranchis de tout dogme, élus du territoire métropolitain, nous défendons tout le territoire héraultais. Nous le prouvons au quotidien auprès des Héraultais.

Le groupe soutient tout d'abord la solidarité entre les communes à travers les vœux soumis à l'assemblée : un premier vœu pour que toutes les communes, notamment du Lodévois Larzac durement touchées, puissent obtenir une aide d'urgence du Département ; un second pour qu'un avenant au PAPI II (prévention contre les inondations) soit soutenu par le département de l'Hérault, en partenariat avec la Métropole, afin que les communes de Juvignac et de Grabels puissent bénéficier au plus tôt de travaux structurants qui les protègent des inondations. Par ailleurs, la sensibilisation aux enjeux environnementaux avec la préservation des terres à fort potentiel dans les territoires ruraux a été demandée. Puis, le groupe a pris position concernant le maintien de lignes ferroviaires (ex : Béziers-Neussargues) qui irriguent les terres de notre grand territoire en soutenant la bataille engagée par les associations et les usagers.

Le groupe a rappelé le travail de réflexion indispensable entre la Métropole et le Département sur les transferts de compétences au regard du virage entrepris par la réforme territoriale. Le groupe a également réaffirmé la défense de la mixité sociale dans les collèges en votant contre la déssectorisation de certains collèges et la lutte pour l'égalité en demandant que les sessions de l'assemblée soient aussi traduites en langue des signes.

Nous sommes à vos côtés !

Michèle Dray-Fitoussi
Présidente du Groupe

Unissons-nous pour faire face au terrorisme

Le vendredi 13 novembre dernier, notre pays a été victime d'une attaque d'un nouveau type et d'une violence rare qui nous a plongés dans le deuil, la douleur et la peur.

Des centaines de nos compatriotes ainsi que des étrangers séjournant à Paris ont été victimes de ces actes barbares.

Nos pensées vont aux familles et aux proches des victimes de ces attentats.

Depuis plusieurs mois en France, par les tragiques événements survenus à Toulouse, Charlie, l'Hyper Casher, l'église de Villejuif, le Thalys, Paris et Saint-Denis, et dans de trop nombreux pays étrangers, les terroristes islamistes cherchent à déstabiliser le monde, à combattre nos valeurs de liberté, d'ouverture aux autres et notre attachement à la transmission du savoir et de l'élévation sociale.

Nous devons faire face et vaincre le fanatisme ensemble. La démocratie doit triompher.

Pour maintenir la Paix, nos aïeux ont su créer l'Europe au lendemain des deux grandes guerres qui ont marqué à jamais nos pays et le Monde. Charge à nous de continuer cette œuvre.

Ces terribles événements doivent impulser un nouvel élan au niveau de la construction européenne.

Nous devons nous unir pour faire face au terrorisme et conduire une politique européenne étrangère et de défense commune. Face à l'obscurantisme, nous devons nous battre unis pour nos valeurs, pour nos idéaux, pour notre civilisation et avant tout, pour l'avenir de nos enfants.

La Paix et la Démocratie sont des acquis fragiles.

Unissons-nous et mettons tout en œuvre pour les conserver.

Enfin, félicitons les forces de l'ordre, les militaires, les sapeurs-pompiers, et tout le corps médical mis à rude épreuve en cette douloureuse période. Sans oublier les courageux citoyens qui ont spontanément porté secours aux blessés. Que nos plus sincères remerciements leur soient adressés.

Et pour conclure sur une note d'espérance en cette fin d'année, l'ensemble des élus du Groupe vous souhaite de passer d'agréables fêtes auprès de ceux qui vous sont chers.

Guillaume Fabre
Président du Groupe

Histoire, patrimoine, traditions? Chiche, Monsieur le Président !

Le président Mesquida, il y a quelques semaines au domaine de Bayssan a souhaité dans son discours que notre département fasse la promotion de son histoire, de son patrimoine, que soient mis en avant le terroir et la culture de notre territoire.

Quelques jours plus tard à Lieuran-les-Béziers se déroulait, comme chaque semaine dans les communes de l'agglo de Béziers, l'animation « les sacrés week-end » qui retrace notre passé médiéval.

À tour de rôle, les communes du Biterrois ont fêté l'histoire de notre « pays » sur un fond à la fois occitan et cathare.

Je me réjouis d'avoir pu participer en tant que conseillère départementale à ces manifestations qui visent à célébrer la mémoire de notre région.

Je me réjouis aussi de la décision du tribunal administratif de Nantes qui a autorisé l'installation d'une crèche de Noël dans le hall du conseil départemental de la Vendée.

Prenant en compte la dimension culturelle de la crèche, symbole d'un patrimoine commun partagé depuis des siècles, qui nous est cher ! Prenant en compte également l'engouement suscité à Béziers par la crèche installée dans le hall de la Mairie qui a attiré des milliers de visiteurs, je propose l'installation d'une crèche dans le hall du conseil du département de l'Hérault ainsi que dans ses antennes.

Cela montrerait à tous nos concitoyens l'attachement du département non seulement à son passé mais aussi à son terroir, à son patrimoine, à sa culture, à ce beau pays capable d'accueillir sans se renier !

Nicole Zenon
Présidente du Groupe



La Salvetat et la Vernière: deux eaux naturellement gazeuses, issues des sols du Parc régional du Haut Languedoc.



Le Noilly Prat, connu dans le monde entier, est fabriqué à Marseillan.



Le saviez-vous? Une gentiane est distillée à Sète.



On les reconnaît à leur couleur dorée unique: les muscats de Saint-Jean-de-Minervois, Mireval, Frontignan et Lunel sont parfaits pour le dessert.



Les brasseurs de l'Hérault vous proposent leurs bières de Noël, ambrées et relevées aux épices.



Les eaux-de-vie dans l'Hérault, c'est toute une histoire! La première distillation date de 1852.

Trinquer Hérault, ça coule de source

Nul doute que les vins du département s'inviteront à table pour les fêtes... Mais savez-vous que l'Hérault produit d'autres breuvages ? Voici quelques suggestions pour étonner vos amis.

Faites frémir les eaux gazeuses

L'Hérault peut se vanter de ses eaux gazeuses internationalement reconnues qui puisent leurs sources dans le parc régional du Haut-Languedoc. Deux marques renommées, pour deux saveurs d'exception : *La Salvetat*, appréciée pour la finesse de ses bulles et sa faible teneur en sodium (0,005 g par litre). Autant le dire : un gage de santé pour toute la famille. Il y a également *La Vernière*, à la minéralité équilibrée (à la fois bicarbonatée et magnésienne) et à la note finale citronnée. Entre les deux, largement de quoi « buller » pendant le repas.

Des bières au tempérament de l'Hérault

Des bières *made in Hérault* ? C'est tendance ! Blonde, blanche, ambrée, artisanale, ou bio, chaque territoire cultive sa spécificité : *les Mondes Oubliés* à Lunel, la *Brasserie du Pays d'Oc* à Nébian, la *Croix du Sud* à Marseillan ou encore la *Brasserie d'Oc* à Mèze. Leur gamme se décline dans tous les parfums et pour toutes les ambiances. Guettez bien les rayons régionaux : les bières de Noël vont arriver. Souvent ambrées, elles sont aromatisées aux épices ou aux agrumes.

Vermouth et vins doux pour le dessert

Vous appréciez le vermouth ? Préférez le *Noilly Prat*, de Marseillan ! Sa recette, gardée secrète, mêle vins blancs, cannelle, cardamome et autres épices du monde. Classique ou ambré, il se déguste aussi bien nature qu'en cocktail. Son succès dépasse largement nos frontières puisqu'il a reçu une médaille d'or lors du *Spirit Selection*, le concours mondial de Bruxelles, qui avait lieu cette année en Chine et qui opposait 1400 spiritueux du monde entier.

Côté muscats, quatre saveurs de renommée mondiale se déclinent dans l'Hérault : le Saint-Jean-de-Minervois, le Frontignan, le Mireval et le Lunel. Exceptionnels par leur typicité, ils se dégustent aussi bien en apéritif qu'en accompagnement de foie gras ou de desserts. Conseil d'Héraultais : servez le muscat à 10°C.

À découvrir également : la Gentiane de Cette. Et Cette, c'est le nom qu'avait la ville de Sète jusqu'en 1927. Est-ce à dire que cette recette de Gentiane nous vient de cette lointaine époque ? Difficile à dire. Tout ce que l'on sait, c'est qu'elle est com-

posée de vin, de plantes aromatiques et de caramel.

Les eaux-de-vie : l'esprit de l'Hérault
Parfumées à l'abricot, à la verveine, au gin ou au muscat, les eaux-de-vie héraultaises scintillent par leurs reflets, variables selon les cépages. Empreintes d'une époque, elles appartiennent à notre patrimoine, chacune avec ses secrets de fabrication et son vocabulaire. Les plus célèbres ? La Fine de Faugères, la Vieille Réserve de Grenache, la Fine du Languedoc ou encore la Fine Muscat de Frontignan. Et si vous êtes curieux de savoir comment on les distille, n'hésitez pas à visiter l'Atelier du bouilleur, à Autignac. D'ailleurs, la Fine de Faugères vient de décrocher son label IGP (indication géographique protégée). Une consécration pour ce breuvage dont la première distillation date de 1852.

Et n'oubliez pas : l'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

L'âne domestique ou « âne commun »

Issu de l'âne sauvage d'Afrique, *Equus asinus*, celui que nous connaissons, est présent sur les cinq continents.

Compagnon sympathique et courageux

Besogneux, l'âne est depuis longtemps utilisé par l'homme pour porter, tracter et labourer. Il aime travailler avec ses maîtres, et on peut l'approcher sans risque: le fameux « coup de pied » que l'on redoute est réservé aux agresseurs. Bon gardien, il n'a pas son pareil pour donner l'alerte quand il perçoit quelque chose d'anormal en poussant son fameux braiement.

Des randonnées pleines de charme

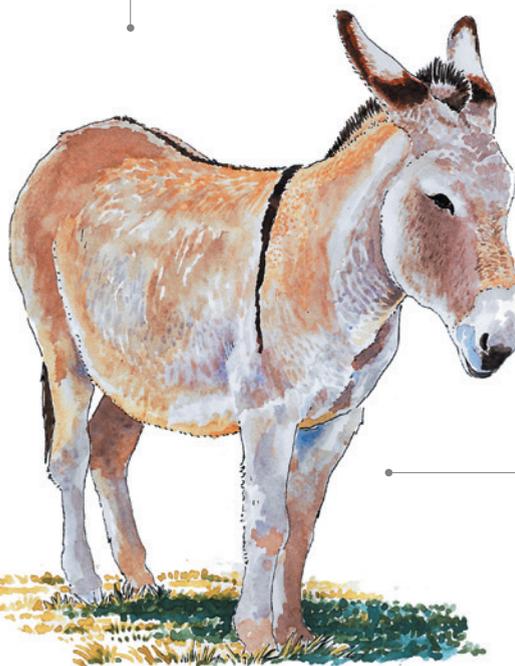
L'âne est très patient avec les enfants. Depuis peu, balades et randonnées à dos d'âne sont très prisées.

Alimentation

Pour cet animal provenant d'Afrique, l'alimentation est souvent chez nous bien trop riche. Au printemps, les jeunes prairies sont trop grasses pour lui et doivent être fractionnées en petites parcelles. Par grand froid, les graines d'orge aplaties lui conviennent très bien. Pain, pommes, carottes constituent des friandises qui seront données comme récompenses.

3000 m² d'herbage

C'est la surface nécessaire à l'alimentation d'un âne. À compléter, en cas de besoin, avec du bon foin: jusqu'à 7 kg par jour!



Répartition

La morphologie (tête, cou, pattes) permet de distinguer plusieurs races d'ânes sauvages issues de l'âne commun: l'âne d'Afrique (Afrique de l'Est, Somalie), les ânes d'Asie centrale et d'Inde (onagre) et le Kiang de l'Himalaya. Ces populations d'ânes sauvages sont aujourd'hui menacées. Par contre, certains groupes d'ânes domestiques sont redevenus sauvages en Amérique et en Australie.

Description

Comme les équidés, l'âne est un mammifère herbivore périssodactyle, c'est-à-dire avec un doigt unique. Ses oreilles, plus longues et bien irriguées, permettent le refroidissement du corps en zone désertique. Le poil est long et rude, la crinière courte. La queue est couverte de poils courts mais présente une touffe à son extrémité. Les sabots sont plus petits et plus durs que ceux des chevaux: ils n'ont pas besoin d'être ferrés, sauf si l'âne travaille.

Pas de cordes vocales

Son « braiement » se fait uniquement à l'aide des narines.

Chasse aux idées reçues

L'âne n'est pas têtue, mais plus intelligent que les autres équidés, et sa capacité d'analyse des situations est supérieure... On obtient sa collaboration en lui faisant comprendre ce que l'on attend de lui mais pas par la force. Il possède une excellente mémoire.

Bonnet d'âne

Il avait été créé au Moyen Âge « pour rendre les petits clercs aussi intelligents que l'âne, et leur donner sa sagesse et sa réflexion ».

COUP DE CŒUR

SORTIR



Trissotin ou les femmes savantes, l'une des bonnes surprises 2016 qui vous attend au Domaine d'O, à Montpellier

#Je Dis OUI À Mes Envies

Demandez l'programme !

Ils arrivent ! Les nouveaux programmes des lieux culturels du Département sortent à la fin du mois. Vous découvrirez tous les rendez-vous proposés par le Département de janvier à mars : à Montpellier (domaine d'O et pierresvives), Béziers (SortieOuest au domaine de Bayssan,) et Prades-le-Lez (Maison de l'environnement au domaine de Restinclières). De belles surprises en perspective.

 À télécharger sur herault.fr

SORTIR

Ce mois-ci encore, le Département et ses partenaires vous ont concocté une ribambelle de rendez-vous culturels pour tous les âges et tous les goûts. En voilà une petite sélection, à découvrir à Montpellier (Domaine d'O et pierresvives) et à Béziers (SortieOuest à Bayssan-le-Haut).



Gratuit
ou presque



Jeune
public



Accessible
handicap

Samedi 12 décembre
Clermont-l'Hérault



Théâtre forain

La guerre des boutons, par la C^{ie} Attention Fragile, un spectacle sur l'enfance et la quête de liberté, drôle et émouvant, à partager en famille. Dès dix ans. À 20 h 30 à la chapelle des Pénitents. Tarif: De 5 € à 12 €.

Rens. : 04 67 96 31 63 et
reservations@theatre-lesillon.fr



Du 19 au 31 décembre
Montpellier pierresvives



Les ateliers des vacances

S'initier au pochoir, pratiquer un atelier lego et street art ou un atelier arty même pour dessiner, découper, coller et découvrir l'univers d'un artiste, ou entrer dans un jeu d'histoire: il y en a pour tous les goûts et tous les âges. Des ateliers gratuits mais sur inscription.

Rens. : 04 67 67 30 00 et
pierresvives.herault.fr



Samedi 19 décembre
Montpellier pierresvives



Christmas Show

Geneviève et Solange, révélées par une soirée Téléthon à Pau en 1997, vous invitent à leur cabaret plein de surprises explosives sur des airs de Christmas music, musette, gospel et rock'n'roll. Pour se délecter en famille. À 16 h à l'amphithéâtre. Entrée libre.

Rens. : 04 67 67 30 00 et
pierresvives.herault.fr



Les 17 et 18 décembre
Montpellier Domaine d'O



Cirque à gogo

Deux spectacles de cirque dans la même soirée, avec *Pelat*, cirque catalan qui magnifie la complicité et la responsabilité partagée, et *Clockwork*, de la C^{ie} suédoise Sisters, à l'imagination illimitée. Dès 8 ans. À 20 h au théâtre J.C.-Carrière. Tarif de 12 € à 20 €.

Rens. : 0800 200 165 et
www.domaine-do-34.eu



Mardi 22 décembre
Montpellier pierresvives



Film d'animation

De la neige pour Noël, film d'animation norvégien de Rasmus A. Sivertsen. Noël approche, et la neige ne tombe toujours pas. Les enfants sont si déçus que leur ami Féodor décide de fabriquer un canon à neige ultrapuissant. Dès 4 ans. À 16 h 30 à l'amphithéâtre. Entrée libre.

Rens. : 04 67 67 30 00 et
pierresvives.herault.fr



Du 16 au 20 décembre
Montpellier Domaine d'O



Jongle !

Deux parfaits jongleurs du théâtre Bascule font voler les cubes et tourner les oranges, enveloppant de tendres comptines les drôles arabesques de leurs jongleries fantasques. À partir de 2 ans. À 10 h et 16 h au théâtre d'O. Tarif unique: 6 €.

Rens. : 0800 200 165 et
www.domaine-do-34.eu



Vendredi 18 décembre
Béziers SortieOuest à Bayssan



Concert du solstice

Fossile, un concert de Jur Domingo, chanteuse venue de Barcelone, à la fois rock, blues, flamenco et cabaret. En français, en espagnol ou en catalan, Jur vous envoûte de sa voix en volutes caressantes, notes posées sur le silence. À 21h. Tarif de 6€ à 16€.

Rens. : 04 67 28 37 32 et sortieouest.fr



Du 16 au 20 décembre
Montpellier Domaine d'O



Graffiti jonglé

Flaque, par la C^{ie} De fracto, est une pièce de jonglage à la géométrie parfaite et pétillante d'humanité, avec toute une scénographie dessinée au sol. À 18h au théâtre d'O. À partir de 7 ans. Tarif unique: 6€.

**Rens. : 0800 200 165 et
 www.domaine-do-34.eu**



Judi 17 décembre
Graissessac



Prévert à l'honneur

L'île des enfants perdus, d'après un scénario inédit de Jacques Prévert. Lecture musicale mise en voix par la C^{ie} D8. Un texte fort et une aventure artistique pour les habitants de la communauté de communes Grand Orb, qui participent sous forme d'ateliers à l'occasion des représentations. À 20h30 au Grand Café Mounis. Tarif de 5€ à 12€.

Rens. : 04 67 23 78 03



Les 10 et 11 décembre
Béziers SortieOuest à Bayssan



Un chagrin plein d'humour

Le chagrin, mis en scène par Caroline Guiela Nguyen, est tout sauf triste! Un spectacle plein de vie, de tendresse, d'humour et de nostalgie pour exprimer les choses de l'intime sans pathos. À 19h le 10 et 21h le 11. À partir de 14 ans. Tarif de 6€ à 16€.

Rens. : 04 67 28 37 32 et sortieouest.fr



Du 15 au 17 décembre
Béziers SortieOuest à Bayssan



Cirque musical

Mañana es mañana se joue des obstacles de tout feu et de tout bois. Acrobates, clowns, jongleurs et musiciens accomplis, les artistes vous emmènent dans un monde burlesque et surprenant. À 19h les 15 et 16, et 14h le 17. À partir de 10 ans. Tarif de 6€ à 16€.

Rens. : 04 67 28 37 32 et sortieouest.fr



Vendredi 18 décembre
Brissac



Contes de Noël et du froid

Spectacle proposé par le Département, dans le cadre de la tournée des contes organisée dans les médiathèques départementales. Un grand voyage au cœur des contes de l'hiver vers le pays glacé du père Noël. À déguster dès cinq ans. À 17h30 à la bibliothèque. Prévu aussi le 9 au Crès et le 11 à Montarnaud.

Rens. : 04 67 81 47 20

Noël en chocolat ? Que du plaisir !

Le chocolat est un luxe accessible à tous. Sa consommation en France ne cesse de progresser. À l'occasion des fêtes de Noël nous sommes allés à la rencontre d'un des chocolatiers de l'Hérault.

Un doux parfum de chocolat tiède se dégage de l'atelier. Penchée sur sa préparation onctueuse, Catherine Valgalier, maîtresse chocolatier issue d'une famille de pâtisseries montpelliéraines depuis trois générations, est concentrée sur le nappage de ses chocolats destinés aux fêtes de fin d'année. « *Le côté tactile avec la matière, ça fait vraiment partie de la passion du métier. J'ai choisi comme base de mon chocolat des fèves venant d'Équateur, qui donnent un chocolat typé, sans amertume ni acidité.* »

Outre le choix de la matière de base, le travail de la fève, le séchage, la torréfaction, et le conchage après broyage, sont essentiels à la qualité du cacao produit. « *Plus le temps de conchage, c'est-à-dire de malaxage après le broyage, est long, meilleur sera le produit final* », explique Catherine. « *C'est comme pour le vin, il*

y a les assemblages, les grands crus, et les typés. »

Le chocolat était consommé par les Aztèques sous forme d'un breuvage rituel pimenté. Ramené par les Espagnols en 1500, il est reconnu pour ses vertus d'énergisant et d'antidépresseur. Longtemps utilisé à ce titre en Europe comme médicament, il reste une valeur refuge et un petit luxe apprécié de tous. Côté consommateur, le chocolat noir reste une valeur sûre. « *Au moment des fêtes de Noël, c'est le ballotin qui est le plus apprécié. À Pâques, nous donnons davantage libre cours à notre imagination et à la création. Le travail sur la présentation et l'esthétique est aussi une partie importante de notre métier, qui nous permet d'affirmer notre identité.* » Les maîtres chocolatiers de l'Hérault vous le diront, le chocolat est un cadeau gourmand à partager ou à offrir

« Ramené d'Amérique par les Espagnols en 1500, le chocolat est reconnu pour ses vertus d'énergisant et d'antidépresseur. »

qui fait toujours plaisir au moment des fêtes de Noël ou de Pâques. « *Notre plus belle récompense est la reconnaissance du client. Un bonheur qui vaut tous les chiffres d'affaires ! C'est ce qui nous donne envie de continuer et de persévérer* », assure Catherine. Mais le chocolat est aussi un plaisir à consommer toute l'année.

En savoir plus :
www.chocolat-herault.com
et **syndicat des chocolatiers de l'Hérault : 04 67 04 03 83**





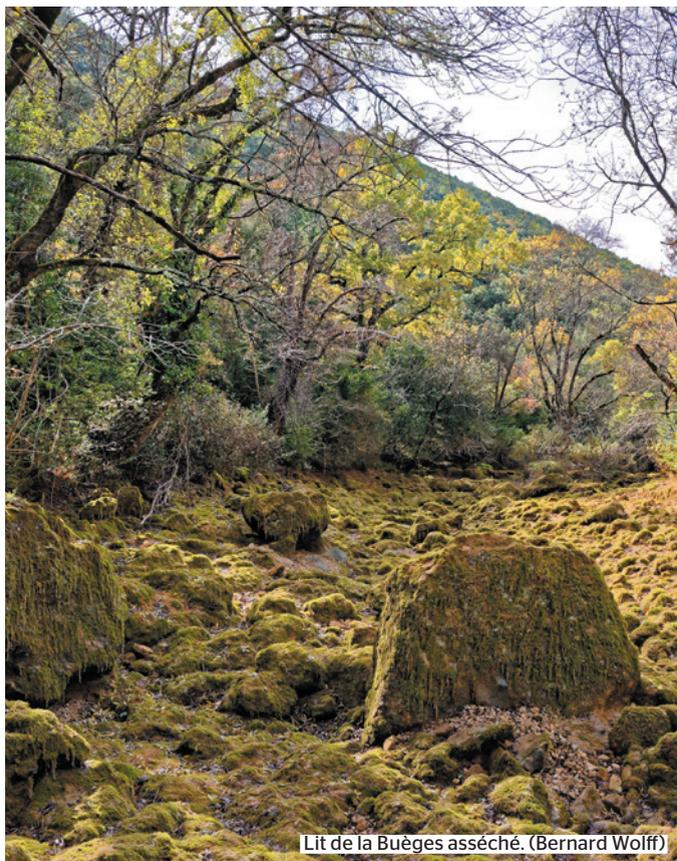
Boules de cristal. (fredfoto)



Eclat de couleurs sur le canal, Sète. (Sabine Garcel)



Tempête d'automne. (Pierre-Jean Quenot)



Lit de la Buèges asséché. (Bernard Wolff)

On veut ta photo!

Participez, vous aussi!
postez en ligne vos photos

 **Retrouvez + d'infos**
herault.fr



Sarment de glace. (fredfoto)

L'actu en bref



Roujan/Montpellier

Des collégiens connectés

Ils sont ravis, les élèves de 5^e des Garrigues, à Montpellier, et du collège de Roujan. Depuis quelques semaines, ils disposent chacun d'une tablette tactile pour explorer de nouvelles façons de travailler et d'apprendre. Leurs collègues ont été sélectionnés par l'Éducation nationale pour rejoindre le Plan numérique pour l'éducation 2015. Comme 500 autres dans tout le pays, ils vont bénéficier de moyens financiers et matériels spécifiques pendant trois ans. Le Département a, quant à lui, financé 70 % du coût des tablettes, le déploiement du wifi dans les deux collèges et une partie de l'abonnement fibre optique de 10 Mb/s. Investissement total: 130382€.

Castelnau-le-Lez

Du bon goût d'ici

Evodie Chazal vient d'être sacrée Compagnon du Goût. Pour cette artisan qui dirige Les Boucheries Melgoriennes, à Castelnau-le-Lez, c'est la reconnaissance de toute la profession. Car les Compagnons du Goût, c'est un peu le Guide Michelin des bouchers-charcutiers. Découvrez les 15 autres Compagnons de l'Hérault sur www.compagnonsdugout.fr, rubrique annuaire.

Claret

Verre soufflé

Les 12 et 13 décembre, rendez-vous à la Halle de verre de Claret pour des créations en direct, un marché des verriers et des animations. Idéal pour décorer son sapin! De 10 h à 19 h. Infos: halleduverre.fr



En tournée

Être ou ne pas être...

Les jeunes ne vont pas au théâtre? Alors le théâtre ira à eux! C'est tout l'enjeu de *Collèges en tournée*, porté par le Département. Le principe est simple: prenez quatre spectacles de qualité et adaptés aux ados. Faites-les tourner dans tout l'Hérault à la rencontre des collégiens. Et pour beaucoup, c'est leur première pièce de théâtre. Prochaines dates: *Une petite entaille*, le 11 à Marsillargues (résa: 04 67 83 52 10), *le Stress de l'hippocampe*, le 12 à Courdonterral (04 67 67 68 58) et le 18 à Claret (04 67 02 93 86). Entrée libre, réservation obligatoire.



Santé

« Femmes et belles, malgré tout »

Il y a quelques semaines, *Octobre rose* rendait hommage au courage de toutes ces femmes atteintes d'un cancer du sein. Parmi ces courageuses, saluons une Héraultaise, Corinne, qui a participé au Concours Pink Ribbon Award Estée Lauder. Résultat: une de ses photos a été exposée sur l'esplanade du Trocadéro à Paris.

La photo de Corinne fait partie du projet « *Femme malgré tout* », à l'initiative du photographe héraultais Gérald Perez, qui a pour but d'aider les femmes atteintes d'un cancer du sein et touchées dans leur intégrité corporelle. « *Inspirés par Corinne, femme en pleine maturité, sur qui la maladie s'est abattue brutalement, mes mots pour l'aider sont mes photos qui montrent que ces femmes, malgré tout, restent belles, féminines, sensuelles et désirables. Notre projet se veut avant tout un regard tourné vers la vie. Il est ouvert à toutes celles qui acceptent de poser devant mon objectif, comme Corinne* », confie le photographe. Octobre est passé mais leur combat continue. Retrouvez d'autres photos de Corinne sur herault.fr et sur Facebook, recherchez « Femmes malgré tout ».



Associations, envoyez ce qui fait votre actualité à l'adresse suivante: actuduterrain@cg34.fr
Publiez votre événement sur herault.fr/annonce



Jean-Marie Horteur, ancien charpentier-menuisier, fait désormais des objets en bois tourné et des jouets. Visibles dans son atelier à Taussac-la-Billière.

A Gignac, Sébastien Guyon crée des objets en carton. Une matière recyclable que cet Ingénieur écologiste de formation découpe au laser pour en faire des œuvres de décoration. A voir sur www.be-the-light.fr



Retraitée, Nicole Alary s'est lancée dans la peinture sur santon. Elle les expose sur les marchés artisanaux et au 29 avenue de la Lande, à Lamalou-les-Bains. Un travail minutieux exécuté avec amour.

5 artisans de la matière

Pour vos idées cadeaux, achetez local ! D'autres créateurs à découvrir dans l'Hérault : au Pôle des métiers d'art de Pézenas, aux Ateliers des métiers d'art de Montpellier ou dans les marchés artisanaux, comme à Lamalou-les-Bains, deux jeudis par mois.



Établie à Montpellier, Julia Palacio travaille la plus noble des céramiques, la porcelaine, qu'elle tourne à la main. Elle enseigne son art depuis vingt ans. Ses œuvres sont visibles à Montpellier ou sur www.juliasimonotpalacio.com



Awen a quitté les brumes du Nord pour une passion lumineuse. A Sérignan, verre en fusion sorti du four ou travail à la flamme, ses créations naissent de la délicate alchimie du passage au feu. www.awenverre.com

Le miel, il nous fait fondre !

Que ce soit pour ses saveurs, pour ses bienfaits santé ou pour ses vertus régénératrices dans nos soins de beauté, il y a mille et une raisons pour être fondu de ce nectar 100 % naturel.

L'Hérault présente une grande diversité de terroirs propices à l'élaboration du miel. « Ici, nous pouvons produire du miel de thym, de romarin, de garrigue, de fleurs, de châtaignier » explique Christian Pons, président du syndicat l'Abeille Héraultaise. Les arômes libérés composent toute une palette depuis les notes chaudes de caramel et de vanille, aux tonalités florales de litchi, de fruits exotiques, en passant par les saveurs fraîches d'agrumes, d'amande, d'anis, jusqu'aux senteurs végétales de noix, noisette, ou épices de clou de girofle. « Les amateurs ont souvent un goût très arrêté, ils aiment une couleur très claire ou carrément sombre, et une saveur très douce ou plus corsée. En cuisine, les usages sont multiples. Le miel s'incorpore très bien à des glaces, au pain d'épices, et accompagne parfaitement les fruits et

les crêpes, mais il est également excellent sur un fromage de chèvre corsé, posé sur une pizza ou dans une recette aigre-douce. »

Dans toute l'Europe

Si les produits de la ruche régaleront nos papilles, ce sont aussi les alliés de notre santé. « Nous connaissons tous la cuillère de miel ajoutée à une tisane pour apaiser les maux de gorge. Mais mieux encore, ce produit a des vertus cicatrisantes. Recouvertes de miel, les plaies se résorbent trois fois plus vite. » Autre production des butineuses : la propolis. « Fabriquée par les abeilles comme mortier et désinfectant pour protéger la ruche, elle est collectée et transformée par le laboratoire Apimab à Clermont-l'Hérault, qui sert toute l'Europe. Anti-infectieuse et anti-inflammatoire, elle est idéale en prévention des maux de l'hiver. » Les soins de

« Il accompagne parfaitement les fruits et les crêpes, mais il est également excellent sur un fromage de chèvre corsé, posé sur une pizza ou dans une recette aigre-douce. »

beauté aussi sont concernés : la gelée royale a des vertus nourrissantes pour la peau, c'est pourquoi les grands laboratoires de cosmétiques l'utilisent.

400 apiculteurs

Avec ces nombreux usages, la demande est forte. Pourtant, la production des 400 apiculteurs héraultais a baissé. En cause : les pesticides, qui tuent environ 30 % de la population chaque année. « Leur utilisation recule mais il faut poursuivre les efforts, il en va de la santé de tous ! »



SORTIR

10 idées



#Je Dis OUI À Mes Envies

**Ne manquez pas
la 25^e foire au gras
de Sérignan !**

Foies gras, magrets, confits, oies, chapons, charcuteries, huîtres, escargots... Les 12 et 13 décembre, près de 80 producteurs et artisans font la part belle aux produits de saison et du terroir sous un chapiteau de 400 m². D'autres foires gourmandes ont également lieu, le 12 à Florensac et le 20 à Sauvian.



Renseignements : 04 67 32 60 90

10 IDÉES POUR LE WEEK-END



2

Heures musicales et esprit de partage à Gignac

Pour accompagner cette période festive, l'école de musique intercommunale de la vallée de l'Hérault s'approprie la diversité des répertoires profanes ou sacrés (concert gratuit les 17 et 18 à 18h30)* tandis que le Festi Noël solidaire organisé par la mairie convie le public à savourer chansons françaises, chants de Noël, vin chaud et chocolat chaud, le 19 à 16h30.**

Renseignements: *04 67 57 29 14 - **04 67 57 01 70



3

Bijoux, couture, filage, mosaïque, nail art...

Venez vous familiariser à toutes ces techniques lors du Noël des créateurs de Pignac. Adultes, ados ou enfants: à travers de nombreux ateliers d'une durée de 2h30, chaque artisan vous aidera à réaliser une œuvre personnalisée. Le dimanche 13 décembre. Payant, sur inscription (entrée libre à l'espace démonstrations et exposition-vente).

Renseignements: 04 67 20 36 67

Tradition rime avec crèches et santons

Entrez dans un univers merveilleux :

C'est la plus grande crèche nature de France et elle a pour cadre de véritables « Fées de Noël ». À Aniane du 6/12 au 4/01.

Géante, elle met en scène des santons moulés sur des personnages existants. À Frontignan du 12/12 au 3/01.

Moteur de machine à laver, roues de bicyclettes ou encore tourne-disque lui impulsent quelque 92 mouvements depuis 1937. À Fonsérannes, maison de retraite des Frères, du 21/12 au 5/01 de 14h à 17h.

Elle retrace, en plus de la Nativité, la vie des artisans d'autrefois. À Saint-Gervais-sur-Mare, du 15/12 au 15/02.

Ses automates représentent des scènes de la vie quotidienne telles que la chasse ou la pêche. Église de Courniou, du 5/12 au 7/02.

Et pour acheter vos santons, rendez-vous à Vendargues du 12 au 20/12, à l'église Sainte-Anne de Montpellier, les 19 et 20 ou à Lunel jusqu'au 23.

Renseignements: www.herault-tourisme.com

4





Une forêt à La Grande-Motte

À partir du 12 décembre, la forêt magique, reconstitution d'une forêt enchantée, avec animaux et jeux de lumière. Elle ouvre ses merveilles en musique et déambulations festives. À 18 h place de la Mairie. Des animations tout le mois et la venue du père Noël le 24.

Rens. : 04 67 56 40 50



Découvrez l'huile de vos repas de fête

Fruit d'une première pression des olives de l'année, l'huile de Noël n'est généralement pas filtrée, pour préserver ses arômes : marché à Ouidoc (Clermont-l'Hérault) le 20/12* ; pressée à l'ancienne avec balade en tracteur à l'Oulivie (Combaillaux) les 13, 20 et 27**.

Rens. *04 67 96 10 36 - **04 67 67 07 80



Embarquement immédiat à bord du Christmas Express

La ville de Frontignan accueille une grande parade le 19 décembre : six chars défilent dans les rues au son de la Peña vers le marché de Noël. Les enfants les plus sages pourront faire un bout de chemin à bord d'un petit train. Arrêts : crèches anciennes, crèche géante, chalet du père et de la mère Noël pour déposer le précieux courrier et prendre une photo, puis tour de manège.

Renseignements : 04 67 18 31 60

10 IDÉES POUR LE WEEK-END



8

Pour un Noël gourmand, généreux en cadeaux et en animations...

Faites confiance aux commerçants ! Original car ouvert aux pays du monde, le marché de Noël de Bessan aura lieu le 13 décembre. Des dizaines d'autres vous attendent dans tout l'Hérault : à Cers les 11 et 12, Lespignan les 12 et 13, Vias du 18 au 24, Valras-Plage du 19 au 24... pour ne citer qu'eux.

Renseignements : www.herault-tourisme.com



9

Le Nadal de Pézenas

Mardi 15 décembre, c'est Le Nadal, avec la fête traditionnelle du solstice d'hiver, la « Pégoulade », défilé traditionnel à la lueur des flambeaux. Départ à 17 h 30 de l'église Ste-Ursule. À l'arrivée, place de la République, rituel occitan avec le Cacha fuoc. Le 19 à 17 h, sortie du Poulain avec sa robe de Noël, animal totemique classé au patrimoine immatériel de l'Humanité.

Rens. : 04 67 98 36 40



10

Fait main

Vous voulez mettre en valeur vos tables de réveillon ?

Réalisez vos cartes de vœux lors d'un atelier multimédia à la médiathèque de Carnon, le 11 à 9h 30. Gratuit. 04 67 68 00 28.

Créez des bougies personnalisées à Puisserguier, le 18 de 19h 30 à 21h 30. 20 €/adhérent et 25 €/non-adhérent (inscription avant le 11). 04 67 93 80 85.



Velouté de potimarron et brochettes de caille

Difficulté



Velouté de potimarron et son émulsion de lait

Ingrédients pour 4 personnes

400 grammes de potimarron, 150 grammes de marrons en conserve ou sous vide, du lait et des vermicelles de soja.

Préparation

Épluchez et coupez le potimarron en cubes, mettez-les dans une casserole avec de l'eau à niveau et faites cuire à feu moyen et à couvert pendant 15 à 20 minutes. Une fois la cuisson terminée, ajoutez les marrons (en gardant quelques-uns pour le dressage), salez, poivrez, mixez. Pour l'émulsion, chauffez du lait à 65°C ou utilisez l'émulsionneur de votre cafetière. Enfin, pour la déco : plongez pendant une seconde des vermicelles de soja dans de l'huile à peine fumante. Dans des verrines, versez le velouté, saupoudrez quelques miettes de marrons, posez une cuillère à soupe d'émulsion et quelques vermicelles croquants.

Brochettes de caille au foie gras et aux abricots

Ingrédients pour 4 personnes

500 grammes de filets de caille, un foie gras frais, des abricots mœlleux et des petites piques à brochette.

Préparation

Coupez en trois les filets de caille, découpez le foie gras en cubes et tranchez les abricots en deux. Montez-les en brochettes en veillant à ce que le filet soit bien à plat pour une cuisson homogène. Faites saisir les brochettes 3 minutes de chaque côté. Ensuite, terminez la cuisson au four : 250°C pendant 5 minutes. Pour gagner du temps, il est possible de faire la première cuisson à l'avance, de réserver les brochettes sous film au frigo et de terminer la cuisson au dernier moment. Dressez avec quelques feuilles de jeunes pousses ou de roquette et un trait de sauce soja sucrée.

 [Voir la recette en direct herault.fr](http://herault.fr)

Le vin qui va bien !

Un Pic Saint-Loup : Hermitage blanc, cuvée Sainte-Agnès.

Merci aux Toques Blanches et à leur vice-président, Brice Ducos, qui nous a ouvert les cuisines de son restaurant, à Juvignac.



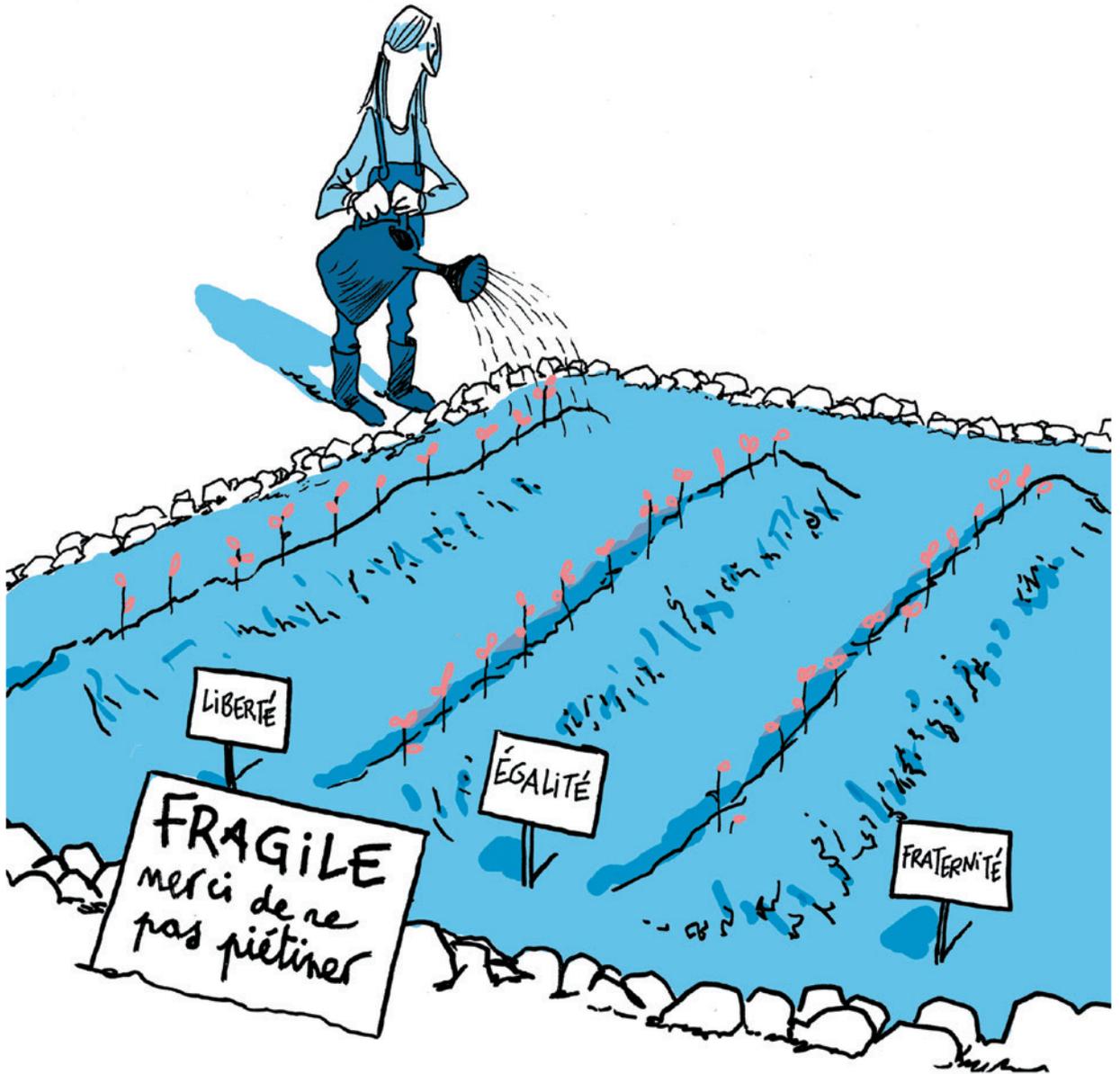
Portrait

Amandine Podevins, Ludovic Lambert et Élisabeth Bruyère sont les lauréats du premier **Challenge Hérault Méditerranée**, organisé avec l'**International Club des Toques Blanches** et **France Bleu Hérault**. Ils poursuivent leur apprentissage et compteront certainement parmi les chefs héraultais à surveiller ces prochaines années.

la famille Léro AUREL

« Les péripéties d'une ado soucieuse
du développement durable »

Héraultine cultive l'essentiel.



L'Hérault

Le magazine du Conseil départemental de l'Hérault
1000 rue d'Alco - 34087 Montpellier Cedex 04
Tel.: 04 67 67 64 41 - herault.fr

