

Déguster
la Garrigue



LES CAUSERIES DES GARRIGUES



PLANÈTE
TERROIRS

MFR
CULTIVONS LES RÉUSSITES
CENTRE DE FORMATION ET DE PROMOTION
GARRIGUES DU PIC SAINT LOUP

CAUSERIE DES GARRIGUES du 27 janvier 2023 (à partir de 18 heures)

Diversité agricole et alimentaire dans les Garrigues

<https://planeteterroirs.org> & www.mfr-garriguesdupicsaintloup.fr & <https://grandpicsaintloup.fr> & www.grandpicsaintloup-tourisme.fr



PROJET COFINANCÉ PAR LE FOND EUROPÉEN AGRICOLE POUR LE DÉVELOPPEMENT RURAL
L'EUROPE INVESTIT DANS LES ZONES RURALES

18 heures : accueil des participants

Jacques Lefort, co-auteur du livre *Déguster la Garrigue* et vice président de l'association Planète Terroirs, introduit la notion de biodiversité

Stéphane Crozat (en visio), ethnobotaniste et historien de l'art des jardins et directeur du Centre de Ressources de Botanique Appliquée (CRBA) présente le Laboratoire, leurs outils et expérimentations

Jacques Lefort aborde la diversité agricole et la diversité alimentaire des Garrigues

Andy Siméon, second d'exploitation de *Lutin Jardin*, présente les productions de cette ferme locale en agriculture biologique

Françoise Viala, animatrice territoriale de l'association Pic'assiette, fait découvrir le livret « Paysages agricoles aux 4 saisons »

Les élèves et cuisiniers-formateurs de la MFR des Garrigues du Pic Saint-Loup proposent un buffet aux couleurs des saisons des Garrigues, composé de petits plats associés aux recettes du Livre *Déguster la Garrigue*, à déguster avec un rouge AOP Pic Saint-Loup du Château de Lancyre (Valflaunès) , présenté par Christel Valentin

Mets

de couleur blanche pour l'hiver

de couleur verte pour le printemps

de couleur rouge pour l'été

de couleurs marron et orange pour l'automne

Cuvée Clos des Combes

Château Lancyre

L'été aura lieu du mercredi 21 juin au vendredi 22 sept. 2023
L'automne aura lieu du samedi 23 sept. au jeudi 21 déc. 2023

Dégustation

Bourboullade au chou-kale et ses toasts

Houmous à la betterave

Crêpes au chou-fleur

Gâteau de carottes et butternut

Chou aux herbes

Brochette de pomme de terre et sa crème persilée

Houmous de pois chiche et maïs

Pudding aux pommes, sucre aromatisé



Pièces réalisées par les apprentis CAP 2^{ème} année en jouant sur les couleurs des 4 saisons.
Vert, rouge, blanc et orange

MFR

DEVELOPPEUR LAZ DEBOUTTES

CHAMP DE MANÈGE

AGRICULTURE

AGRICULTURE

AGRICULTURE



PUDDING À LA POMME



DES MFR
TERRANÉE
en alternance

BRIGADES
PIC SAINT LOUP

LEURS PROFESSIONNELLS
de culture

ARDONNENQUE

PROFESSIONNELLS
en Agriculture

ND MAS

PROFESSIONNELLS
en Agriculture

MFR

CULTURE

PROFESSIONNELLS

PROFESSIONNELLS

PROFESSIONNELLS

MARGUE
NUEUX

PROFESSIONNELLS

Jacques Lefort,

*merci, en
introduction de nous
parler de
biodiversité*

*Quels types de
biodiversité peut-on
distinguer ?*

« La biodiversité, c'est le tissu vivant de notre planète. Cela recouvre l'ensemble des milieux naturels et des formes de vie (plantes, animaux, champignons, bactéries, etc.) et leurs interactions »

▶ la biodiversité fonctionnelle

(faune et flore naturelles)

avec, en France métropolitaine, 14 % des mammifères, 24 % des reptiles, 23 % des amphibiens et 32 % des oiseaux nicheurs menacés de disparition du territoire, tout comme 19 % des poissons d'eau douce

▶ la biodiversité domestique

c'est-à-dire les espèces, races et variétés domestiquées par l'homme, qui a su et pu créer, à travers l'histoire, une très grande diversité de races animales, élevées, et d'espèces et variétés végétales, cultivées

▶ à croiser avec les dimensions **territoriale** et **saisonnière**

=> Noter le paradoxe de la diversité domestique

Elle continue de diminuer alors que sa traduction alimentaire ne cesse d'augmenter

Il n'y a jamais eu autant de choix alimentaire dans les rayons des super –marchés !

Explication : le système agroalimentaire a développé un marketing qui habitue les consommateurs à un grand choix d'aliments permis par la mondialisation. On fait abstraction des territoires et des saisons, en faisant circuler les aliments et nourritures entre les pays et les continents, en profitant des écarts de coûts (travail notamment).

Le résultat :

un coût écologique considérable : transports, hyper-transformation...

un coût économique pour la collectivité : chaînes de valeur captant la valeur ajoutée vers l'aval...

mais des profits maximaux pour quelques entreprises !

Déguster la Garrigue

LES CAUSERIES DES GARRIGUES

MFR
CULTIVONS LES RÉUSSITES
CENTRE DE FORMATION ET DE PROMOTION
GARRIGUES DU PIC SAINT LOUP



Intervention en
visio de
Stéphane Crozat



Directeur scientifique du CRBA, localisé en région lyonnaise, Stéphane Crozat est l'instigateur d'une méthodologie unique et transversale appliquée à la connaissance, la protection et les valorisations de la biodiversité végétale domestique locale : Ville de Vienne (Isère), Cosy Camp (Haute-Loire), Parc Naturel Régional de Chartreuse... Dans son intervention, dont les douze diapositives sont reproduites ci-après, il a notamment insisté sur :

- La nécessité d'une approche transversale, allant jusqu'à l'analyse organoleptique des productions alimentaires végétales ;
- Les enjeux alimentaires liés aux protéines végétales. « La fin des haricots » est une expression explicite ;
- La dimension planétaire des échanges, hier et aujourd'hui, en termes d'espèces et de variétés végétales (avec Amérique, Afrique...)

Il est ouvert à toute idée de collaboration, une question ayant été posée par Eric Barraud sur la possibilité de travailler au recensement de variétés en Occitanie. Il a cité l'exemple méditerranéen d'expéditions en Corse et appelé la proximité avec la famille Vilmorin.

Le CRBA est un laboratoire d'idées et de recherches appliquées. Il coordonne 5 conservatoires participatifs et vivants de la biodiversité domestique. Il propose une expertise et des conseils en conception et en restauration de jardins historiques ou contemporains. Il développe, par la transversalité des disciplines, des programmes de recherches et de valorisations dans le domaine de la botanique appliquée.

De l'agriculture à l'horticulture, de la conception à la réhabilitation de jardins, de l'histoire à l'utilisation actuelle des plantes, cette "fabrique du patrimoine" repose sur la mise à disposition de ressources à la fois documentaires et humaines qu'elles soient historiques ou contemporaines.

Les activités sont regroupées en deux grands thèmes principaux : la botanique appliquée et l'étude des jardins. Le CRBA travaille avec des structures publiques et privées, des professionnels et des particuliers. Il répond à différents types de demandes, mais peut aussi, grâce à ses compétences pluridisciplinaires et ses réseaux, concevoir et réaliser des projets à la demande de ses partenaires ou commanditaires.

Le CRBA interroge le passé au service des projets environnementaux de demain. Le dialogue entre les sciences, les arts et les techniques, établit des passerelles de complémentarité et propose des concepts innovants dans la relation « hommes-plantes ».

Le CRBA

et le collectif Vavilov sont partenaires de l'**Institut de ressources génétiques végétales Vavilov de Saint-Petersbourg**

Fondé en 1894, le bureau de botanique appliquée a été la plus grande banque de semences au monde. Il a pris, en 1967, le nom d'un de ses illustres scientifiques, Nikolai Ivanovitch Vavilov. Il est ensuite devenu l'Institut Vavilov qui, avec 325 000 espèces et variétés végétales, est aujourd'hui la 4ème banque de semences mondiale.

Visionnaire, Vavilov (1887-1943) a conduit 115 expéditions de collectes de végétaux avec une obsession : préserver l'humanité de la famine par la biodiversité.

a, par exemple réalisé, entre 2016 et 2018, en collaboration avec *Jardins du monde Montagnes*, un inventaire de variétés de fruits, de légumes, de céréales, de plates fourragères et ornementales dans le **PNR de Chartreuse** pour valoriser ce patrimoine

à travers la connaissance et la diffusion des savoirs

par la réintroduction et l'exploitation des végétaux au sein du circuit économique

Cette recherche appliquée s'adresse au grand public mais aussi aux agriculteurs du massif et plus largement aux acteurs économiques de la région

avec la **ferme Melchior**, propriété de la ville de Charly (9 ha), dispose d'un **laboratoire de la biodiversité européenne adaptée aux changements climatiques**

Il s'agit d'acclimater et d'expérimenter des végétaux a priori peu habitués au climat actuel de la métropole de Lyon mais qui pourraient, avec le changement climatique, s'adapter ou même remplacer certaines cultures, désormais inadaptées





VIGNES.

HAIES HAUTES VARIÉES ENTRANES.

HAIES BASSES CONTEMPORAINES EXPERIMENTALES.

CLÔTURE ET PORTIQUES

CULTURES ET VERGER.

STATUAIRE OU POINT FOCAL.

LOCALS : RENOVATION ET EXTENSION.

POTAGER.

VERGERS EN HAUTAINS ET CULTURES.

STOCKAGE FOURNITURES AGRICULTURES

CABANE ET PEPINIERE

GAZON ET PLANTATIONS

PARTIERRE CLASSIQUE ET POIS DECORATIF

VARIÉTÉS HORTICOLES VARIÉES.

ARBRÉS TIGES EN ALIGNEMENT

VERGER EN ALIGNEMENT

ALLÉES EN TERRE PIERRE SÈCHE.

CHAMBRES DE VERTURE ET STATUAIRE.

Échelle 1 : 2132

0 50 m



LE PARCOURS DES SEMENCES

Conservatoires



Station Vavilov



Ferme
Melchior



Ferme
semencière

- . Variétés locales
- . Variétés nationales et internationales d'intérêt local

- . Caractérisation agronomique
- . Sélection participative
- . Tests organoleptiques
- . Analyses qualités nutritionnelles

- . Tests de cultures sur 2 années
- . Production de semences pour la multiplication

- . Production de semences pour les agriculteurs



LES CONSERVATOIRES DU CRBA : 2008-2021

ORIGINE DES SEMENCES



MELON CANTALOUPE DÉLICIES DE LA TABLE
Cliché Rivoire, père et fils



Variétés d'origine locale



Enquêtes de terrain



Institut Vavilov et autres
banques de semences

OBJECTIFS DE LA STATION VAVILOV

. FACULTE DES VARIETES A S'ADAPTER
sur le moyen et le long terme **AU DEREGLEMENT CLIMATIQUE**
(notamment excès d'humidité et de sécheresse).

. SELECTION DES VEGETAUX POUR LEURS QUALITES
NUTRITIONNELLES afin de faire face aux nouveaux enjeux
alimentaires (contrôle indépendant des nutriments en laboratoire
d'analyse).

. CAPACITE DES VARIETES A ETRE CULTIVEES SANS
INTRANTS D'ORIGINES CHIMIQUES (résistances naturelles aux
maladies, adaptation à la culture biologique des sols, etc.).

UNE STATION VAVILOV A CHARLY POUR UNE SELECTION DES MEILLEURES VARIETES



Adaptation à la sécheresse



Description des maladies

Remplissage		Couleur de la chair		
<input type="checkbox"/> Faible (présence de zones vides)	<input type="checkbox"/> Plein (pas de zone vide)	<input type="checkbox"/> Blanche / crème	<input type="checkbox"/> Jaune	<input type="checkbox"/> Orange
<input type="checkbox"/> Rouge	<input type="checkbox"/> Rose	<input type="checkbox"/> Verte		
Nombre de loges		Fermeté		
<input type="checkbox"/> 2 ou 3	<input type="checkbox"/> 4 ou 5	<input type="checkbox"/> Ferme	<input type="checkbox"/> Moelle	
<input type="checkbox"/> 6 et plus				
Couleur de la peau		Maturité		
<input type="checkbox"/> Blanche	<input type="checkbox"/> Jaune	<input type="checkbox"/> Orange	<input type="checkbox"/> Précoce	
			<input type="checkbox"/> Tardive	
<input type="checkbox"/> Verte	<input type="checkbox"/> Rouge	<input type="checkbox"/> Noir		
<input type="checkbox"/> Bise				
Par comparaison avec les autres variétés cultivées chez vous. Merci d'indiquer leurs noms : _____				
Remarques : _____				
PS : n'hésitez pas à prendre des photos !				

CRBA et Domaine de Lacroix Laval - 2013 Sources : Elodie Mathivet / Stéphane Crozet

Caractérisation agronomique
et description des variétés



Sélection participative



Tests organoleptiques



Analyses en laboratoires
des qualités nutritionnelles

LA FERME MELCHIOR

TESTS DES VARIETES ET PRODUCTION DES SEMENCES



Tests sur les céréales pendant 3 années



Batteuse
multi-espèces



Collection de melons et haricot 'Viande'



Régénération de
pommes de terre



PROJET DE FERME SEMENCIERE

PRODUCTION DES SEMENCES POUR LES AGRICULTEURS



**Produire gratuitement
des semences pour
les agriculteurs de la
Métropole de Lyon**

Selon 3 axes :

- . Céréales
- . Légumineuses
- . Cultures maraîchères



Ferme
semencière
Site 1

CHARLY
69390

Domaine
Melchior
Philibert

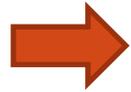
Ferme
semencière
Site 2





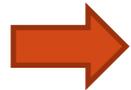


Jacques Lefort, pouvez-vous nous livrer quelques point clés de la situation de la biodiversité domestique ?



Sur les 6 000 à 7 000 plantes (espèces) domestiquées par l'homme à travers l'histoire, nous en cultivons et consommons principalement neuf dont quatre fournissent plus de la moitié des calories mondiales : le blé, le riz, le maïs et la pomme de terre

Si on ajoute soja, palmier à huile, betterave à sucre et manioc, on a plus de 66 % de la production végétale totale. Selon la FAO, depuis les années 1900, environ 75 % de la diversité génétique des cultures a été perdue... seules 7,4 % des variétés de légumes répertoriées dans les catalogues de semences en 1903 restaient disponibles en 2004 (USA)



Environ 17 % (soient près de 1 460) des races d'animaux d'élevage sont actuellement menacées d'extinction, tandis que l'état de risque de nombreux autres (58 %) est inconnu.

Cas des races locales bovines, ovines, caprines. La chèvre alpine a remplacé toutes les autres... mais n'est pas adaptée aux Garrigues



Les organismes vivants dans les sols ont été malmenés ou supprimés par les pesticides et engrais minéraux.

On dit que les sols sont « morts »

Jacques Lefort a répondu à la question relative à la vie des sols

Pratiques culturales de travail du sol répétées, utilisation d'engrais, de désherbants chimiques et de pesticides, ont largement érodé sinon supprimé la matière organique, y compris les petits et micro-organismes du sol.

Or cette matière organique est l'un des principaux lieux de stockage du carbone et une composante importante et sensible de la fertilité des sols et de leur résistance à la dégradation ou à l'érosion.

Redonner vie aux sols nécessite d'abandonner l'utilisation des intrants industriels, de restituer ou apporter de la matière organique, mais aussi d'adopter des pratiques qui réduisent les travaux du sol de façon à restaurer la capacité humifère.

Plusieurs interventions et questions de participants ont porté sur le recouvrement des sols. Sols nus ou sols recouverts ?

Le couvert végétal constitue une protection contre les agressions climatiques que peuvent être la sécheresse, le soleil, le froid...

La culture des pois chiche est une des pistes à envisager, intéressante car légumineuse de plus en plus consommée et peu produite en France.

Une question a également porté sur la concentration du marché mondial des semences, dans les mains d'une poignée de multinationales, et sur les brevets. L'exemple de l'association *kokopelli* a été cité, pour sa production de semences et de plants issus de l'agroécologie et son soutien aux communautés paysannes n'ayant pas accès aux graines fertiles.

Les dégâts causés par les sangliers ont également fait l'objet d'échanges. C'est une pression non citée dans les interventions mais qui complexifie la situation des Garrigues. Une sur-adaptation de l'espèce a été citée. Le rôle des chasseurs a été abordé.

800 000 sangliers sont actuellement tués en France chaque année (pour 45 000 dans les années 70)

Déguster la Garrigue

LES CAUSERIES
DES GARRIGUES

MFR
CULTIVONS LES RÉUSSITES
CENTRE DE FORMATION ET DE PROMOTION
GARRIGUES DU PIC SAINT LOUP



*Jacques Lefort,
que pouvez-vous
nous dire de
l'érosion de la
biodiversité
domestique ?*

=> Longtemps, la biodiversité domestique reflétait les conditions environnementales et les choix agricoles des territoires

« *Réserve génétique* »

Cf. S. Crozat, *la diversité génétique est la base de la diversité agricole et alimentaire*

=> **Erosion considérable** due à la monoculture, à la spécialisation des exploitations à la standardisation des espèces et variétés consommées donc cultivées ou élevées mais aussi au changement climatique.

Systemes agroalimentaires différenciés selon les territoires et les saisons, remplacés par

Systemes agroalimentaires spécialisés, industrialisés et standardisés
d'où appauvrissement général de la biodiversité cultivée à l'échelle mondiale



PROJET COFINANCÉ PAR LE FONDS EUROPÉEN AGRICOLE POUR LE DÉVELOPPEMENT RURAL
L'EUROPE INVESTIT DANS LES ZONES RURALES

Qu'en est-il de la situation dans les Garrigues

en termes de diversité agricole et de diversité alimentaire ?

- Mas et petites exploitations en **polyculture-élevage** (céréales, légumineuses, vigne, oliviers, jardins, volailles, porcs, ovins, caprins, sériciculture, apiculture...) ont périclité aux 19^e et 20^e siècles (causes économiques, naturelles et démographiques)

- remplacés par la **monoculture de la vigne**, quelques plantations d'oliviers, cultures de céréales et autres...

et **effondrement des troupeaux ovins**

Au 19^e siècle chaque mas (unité de production de l'ordre de 300 ha) possédait environ 300 brebis... aujourd'hui, seuls quelques troupeaux subsistent dans les Garrigues

- Cultures et pâtures remplacées par un **abandon des terres** et une « **fermeture du milieu** » (perte de biodiversité naturelle)

Mondialisation (révolution des transports, du froid...) => effondrement des troupeaux (réduction de la valorisation des peaux, de la laine...) et du marché de la viande (concurrence néozélandaise...), disparition des grandes cultures (blé dur, légumineuses concurrencés...), perte de main d'œuvre (exode rural) ...

- **Aliments venus d'ailleurs et effacement de la saisonnalité**, gommée par les échanges intercontinentaux, et effacement de la territorialité

Quelle traçabilité pour des aliments venus des Garrigues ? ... sauf dans les ventes directes et certains circuits courts

Quelles sont les voies d'une diversité renouvelée dans les Garrigues ?



Diversification des productions, des filières et de la consommation alimentaire

- Quid de la traçabilité nécessaire ?
- Espèces et variétés anciennes ou peu exploitées



Associations et successions culturelles favorisant cette diversité

- Importance des légumineuses



Place des élevages et Gestion agro - (sylvo) - pastorale des espaces

- Diversification de la valorisation des produits animaux : lait et fromages, laine, viande et charcuterie, fumier, peaux...



Insertion dans les territoires et la saisonnalité

Saisonnalité : Lutin jardin, Pic'assiette...

. Territorialité : matériel végétal et animal méditerranéen, variétés anciennes... Filières locales (transformation, conditionnement...)



Retour de la vie et de la microbiologie des sols par pratiques agroécologiques

« fabriquer de la matière organique », gérer l'eau dans les sols,

• Lutter contre le réchauffement climatique (le local, la suppression du labour et couvertures des sols, les variétés, espèces et races méditerranéennes résistantes, l'agroforesterie, la permaculture, etc

Cf expérience de Restinclières pour l'agroforesterie notamment

Pouvez-vous nous donner quelques exemples dans les Garrigues qui vont dans le sens d'une diversité renouvelée ?

Développement de filières (et de marchés) locaux
(à la ferme, artisans, coopératifs...) sur le modèle des vins,
véritables locomotives d'une diversification :

Paysans boulangers, aromatiques, médicinales, parfumerie, fromages, jus,
confitures et confis, huiles et vinaigres, viandes et charcuterie
(y compris de brebis...), pâte et pâtisserie d'amande, etc

*L'exemple des paysans boulangers montre le chemin restant à parcourir :
alors que les vignerons (qui maîtrisent toute la filière raisin-vin au sein de
l'exploitation) sont bien plus de 10 000 en France, les paysans boulangers ne sont
que quelques centaines*

- *Des légumes mieux saisonnés* (cf Lutin Jardin)
mais aussi une diversification des céréales (variétés et espèces anciennes...) et autres cultures (légumineuses...)

- *Le retour des aromates*
Le câprier, la culture des plantes aromatiques

- *Variétés locales et adaptées, vigne, oliviers, fruitiers...*
figuiers, pistachiers, doliques, variétés locales de vignes, oliviers, races locales de chèvres

- *Des Légumineuses (en associations, rotations)*
retour des pois-chiches, fèves, doliques, lentilles, féveroles... en rotation et association, en agroforesterie...

- *Des pratiques agro-écologiques adaptées et saisonnées*
notamment gestion des sols : réduction/suppression du travail du sol, couvertures permanentes (vivantes), agroforesterie et agropastoralisme...

- *Des élevages associés à l'agriculture*
moutons pastoraux et vigne, chèvres (pâturage, races...), bovins, fourrages (intercalaires de vigne, associés ou en rotation avec grandes cultures...

- *Réouverture des garrigues et pastoralisme*
stopper l'envahissement par les pins d'Alep, ouvrir la garrigue (débroussaillage, bovins...)...

•

Lutin Jardin

une ferme en maraichage bio sur deux sites de production et 6 ETP (emplois Equivalents Temps Plein)

Andy Siméon, dites-nous vos choix de plantations ?

Que proposez-vous en vente directe aux différentes saisons ?

Productions de légumes de saison.

*L'hiver, principalement sous serres
Salades, épinards, mâches, radis d'hiver, navet,
choux rave, persil.*

*en plein champs,
choux et topinambour*

*L'été, sous serre et plein champs
Tomates, aubergine, poivron, concombre, melon,
pastèque, courge, betterave, choux, radis, salades,
blettes, haricot vert*



UNE FERME EN AGRICULTURE BIOLOGIQUE

AU FIL DES SAISONS, NOUS PRODUISONS DES FRUITS ET LÉGUMES
DIVERSIFIÉS.

*Lutin
Jardin*



Plants d'épinard et de chou rave

La pépinière



Betterave



Choux rave



Epinards



Radis d'hiver
read meat



Radis d'hiver
violet

Deux sites de production :

1 : St Clément de rivière, Chemin de la meule.

Jardin en bords du Lez

Une serre en pépinière pour la production de plants

Deux serres de production (640m²)

Les poulaillers

1 ha de production de plein champs

2 : Les Matelles, Notre-Dame des champs

Jardin en zone de garrigues

Cinq serres de production (2 000m²)

2.5 ha de production de plein champs

Une oliveraie

La vente se fait principalement en vente directe :

A Saint-Clément, les mardi, mercredi et vendredi

(16h-18h30)

Aux Matelles, les mercredi soir

(16h-18h30)

Sur les marchés de st Clément les jeudi matin et de

Montferrier les samedi matin





Nous élevons 240 poules pondeuses, réparties dans 3 poulaillers et produisons grâce à elles des œufs extra-frais.



Nous avons aussi un troupeau de 6 brebis pour l'auto-production de compost et l'entretien du verger.



LABELLISÉS EN AGRICULTURE BIOLOGIQUE, NOUS N'UTILISONS AUCUN ENGRAIS CHIMIQUE OU PRODUITS DE SYNTHÈSE

AMENDEMENTS ET FERTILISATION:
ENGRAIS VERTS + AUTOPRODUCTION DE COMPOST.

PLANTS ET SEMENCES:
NOUS ÉLEVONS NOS PROPRES PLANTS À PARTIR DE SEMENCES BIOLOGIQUES SÉLECTIONNÉES

PROTECTION PHYTOSANITAIRE:
NOUS CONCOCTONS DES PURINS VÉGÉTAUX ADAPTÉS QUI SONT LA BASE DE NOTRE LUTTE PHYTOSANITAIRE.

Andy a insisté sur l'intérêt d'avoir deux sites et surtout une surface globale permettant de mettre des champs en jachère.

Les conditions météorologiques sont importantes. *A Saint-Clément nous enregistrons des températures de l'ordre de -7° C alors qu'aux Matelles, le gel est rare.*

Nous veillons à la microfaune et à la flore : nous cherchons à redynamiser la vie dans le sol.

Nous sommes dans une recherche permanente d'équilibre entre préservation et rentabilité.

Comme l'annonçait l'extrait du site internet reproduit ci-contre, l'ancien gérant avait installé des brebis. Actuellement l'activité est recentrée sur les légumes et, depuis juin 2022, il n'y a plus de brebis sur Lutin Jardin. *Il faudrait un troupeau trop important, le besoin étant de 50 tonnes à l'hectare.*

Les paniers proposés il y a 10 ans ont aussi disparu. Par contre la livraison de collectivités se développe.

Déguster la Garrigue

LES CAUSERIES DES GARRIGUES



Françoise Viala, merci de vous présenter, de nous raconter ce que fait l'association Pic'assiette et surtout de nous faire découvrir le livret « Nos paysages agricoles aux 4 saisons »

L'association Pic'assiette initie aux pratiques de l'alimentation et de l'agriculture durable, valorise une alimentation en lien avec l'environnement, la santé et le territoire.

Telle une immense chaîne qui va de la terre à notre assiette.

- ✳ Elle sensibilise et éduque au travers d'ateliers, de formations.
- ✳ Elle accompagne et élabore des projets de développement des circuits alimentaires de proximité.
- ✳ Elle partage et valorise les pratiques d'initiatives citoyennes.



PROJET COFINANCÉ PAR LE FONDS EUROPÉEN AGRICOLE POUR LE DÉVELOPPEMENT RURAL
L'EUROPE INVESTIT DANS LES ZONES RURALES

Géographe et nutritionniste, Françoise s'intéresse au

territoire nourricier

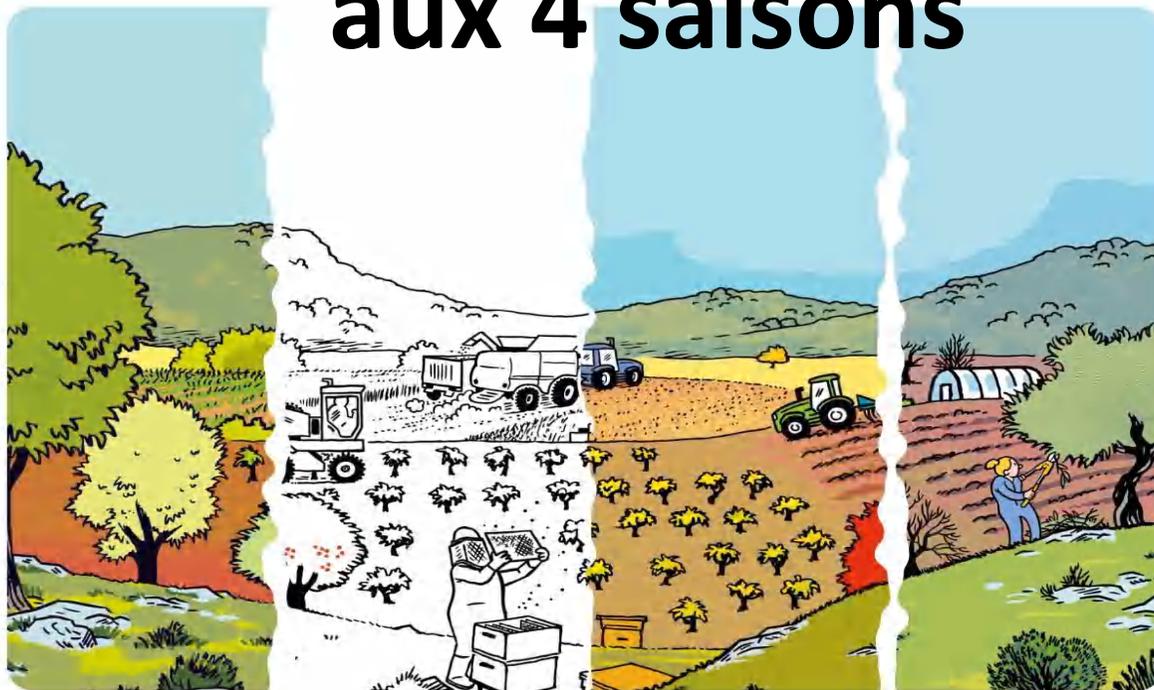
L'enjeu est à la fois de comprendre et de connaître plus

La dimension pédagogique est centrale. Il s'agit d'inviter à *se réapproprier son alimentation*

La saisonnalité est un fil conducteur

Une question a été posée : quelle est la part d'aliments d'origine locale dans l'alimentation des habitants de Montpellier Méditerranée Métropole ?

Nos paysages agricoles aux 4 saisons



En hiver



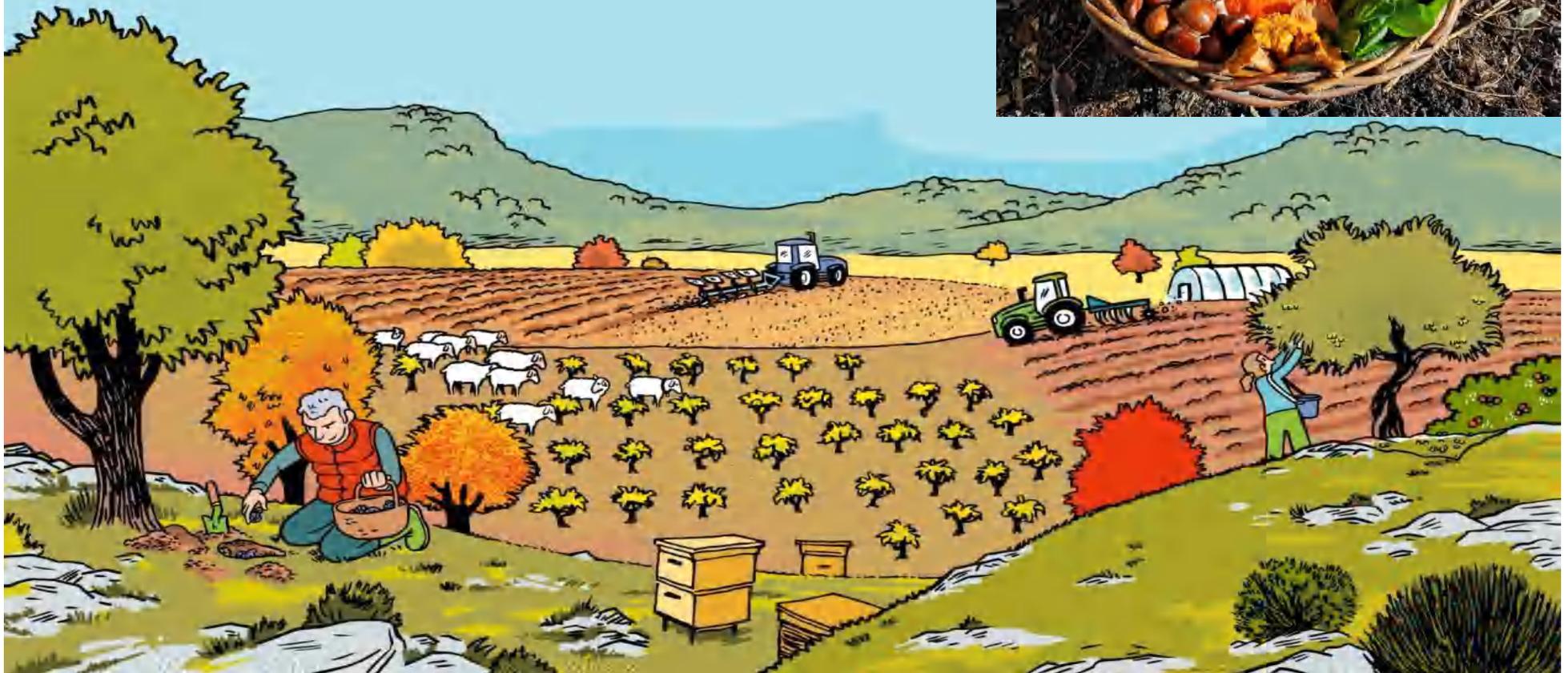
Au Printemps



En été



En automne





Les élèves et cuisiniers-formateurs déclinent les couleurs des saisons des Garrigues et proposent la dégustation de

Mets

de couleur blanche pour l'hiver

de couleur verte pour le printemps

de couleur rouge pour l'été

de couleurs marron et orange pour l'automne

CHÂTEAU
DE
LANCYRE
PIC SAINT LOUP



Le Château de Lancyre est situé au coeur du hameau éponyme.

C'est un hameau traditionnel bâti sur une colline calcaire fait de vieilles demeures en pierres locales.

Baptiste le plus jeune de nos fils, vous propose la visite guidée *ici*

Depuis 2021, nous sommes certifiés Haute Valeur Environnementale Niveau 3 (HVE3) et sommes engagés en conversion vers une Agriculture Biologique.



L'élevage était l'activité première à Lancyre : il y avait 500 têtes avant l'effondrement du marché de la viande dans les années 70. L'activité de l'exploitation s'est alors focalisée sur les vignes.

Nous exploitons 80 hectares dit Christel et nous sommes en conversion depuis 15 ans. Notre premier millésime en agriculture biologique vient de sortir.

Nous n'utilisons plus de dés herbant. Et un berger fait pâturer ses bêtes dans nos vignes.

Pour accompagner les mets préparés par élèves et cuisiniers de la MFR, j'ai choisi de faire déguster un rouge AOP Pic-Saint-Loup



Clos des Combes 2019

AOC Pic Saint Loup

Assemblage : Syrah (50%) - Grenache (50%)

Sols : Calcaires durs

Rendement : 45hl/ha

Degrés : 14.50% en volume

Vinification : Vinification traditionnelle. Éraflage total, cuvaïson de 18 jours à température contrôlée (25°C maximum). Remontages, délestages et pigeages selon dégustation. Elevage en cuve dans le chai climatisé.

Mise en bouteille : Août 2019

Dégustation : Robe pourpre aux reflets bleutés.

Le nez est très expressif. Se mêlent des arômes de raisin frais, de cerise et de laurier. La bouche est délicate et aérienne.

On y retrouve des arômes de fruits et suivent des notes de menthol. Les tanins sont soyeux et la persistance aromatique est remarquable.

Température de service : 16 à 18°C

Accords : Apéritif, risotto aux cèpes et au parmesan, wok de poulet au curry et lait de coco.

Vin de friandise et de plaisir.





PUDDING À LA POMME

Le printemps aura lieu du lundi 20 mars au mardi 20 juin 2023
 L'été aura lieu du mercredi 21 juin au vendredi 22 sept. 2023
 L'automne aura lieu du samedi 23 sept. au jeudi 21 déc. 2023

Dégustation

Bourbouillade au chou-kale et ses toasts
 Houmous à la betterave
 Crêpes au chou-fleur
 Gâteau de carottes et butternut
 Chou aux herbes
 Brochette de pomme de terre et sa crème persillée
 Houmous de pois chiche et maïs
 Pudding aux pommes, sucre aromatisé

Pièces réalisées par les apprentis CAP 2^{ème} année en jouant sur les couleurs des 4 saisons.
 Vert, rouge, blanc et orange

MFR
 MAISON OUVRIÈRE DE FORMATION
 DES APPRENTIS CAP 2^{ème} ANNEE
 GARRIGUES AU PLS SAINT-LAURENT



BONBONS À LA POMME



Dégustation

Bourbouillade au chou-kale et ses toasts
 Houmous à la betterave
 Crêpes au chou-fleur
 Gâteau de carottes et butternut
 Chou aux herbes
 Brochette de pomme de terre et sa crème persillée
 Houmous de pois chiche et maïs
 Pudding aux pommes, sucre aromatisé

Pièces réalisées par les apprentis CAP 2^{ème} année en jouant sur les couleurs des 4 saisons.
 Vert, rouge, blanc et orange!

MFR
 MAISON OUVRIÈRE DE FORMATION
 DES APPRENTIS CAP 2^{ème} ANNEE
 GARRIGUES AU PLS SAINT-LAURENT



