



LA GASTRONOMIE EN FÊTE

Ce week-end, c'est la fête votive au village. La musique retentit dans toutes les ruelles.

La place est décorée, prête à accueillir grands et petits qui vont arriver, vêtus de leurs plus beaux habits. Les forains sont installés.

Purelaine, Léa et Théo sont très excités.

La fête est l'occasion d'inviter la famille, les amis, et de discuter avec les gens du village.

Ce soir, tout le monde dansera sur la piste. Des jeunes gens d'ici et d'ailleurs feront connaissance.

Il est midi. La cloche de l'église sonne. De chaque maison, il se dégage une bonne odeur de cuisine locale.

Tenez, vous avez un peu de temps ?

Alors, venez, nous allons suivre Purelaine, Léa et Théo chez leurs amis à travers le village.

Nous y découvrirons quelques plats de chez nous...

«Fête votive», pourquoi ce nom ?

En occitan, on l'appelle « la vota ». C'est une fête religieuse célébrée en l'honneur du Saint Protecteur du village. Et la « vota » était une fête donnée chaque année à l'occasion de l'anniversaire du Saint. Plus tard, on a un peu éloigné les festivités de cette date anniversaire.



Toc toc... Nous voici chez madame Lacaze

L'huile de noix (spécialité du Limargue)

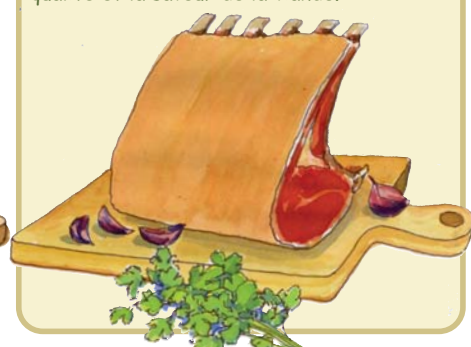
Pour la fête, elle a préparé une salade quercynoise, à laquelle elle a ajouté des lardons, des tranches fines de magret de canard, des gésiers d'oie, et des petits croûtons de pain. Un vrai régal. Son secret pour l'assaisonnement ? L'huile de noix... Elle va la chercher depuis 50 ans au moulin de Fontvielle à Varaire. Car même si ce n'est plus là que les noix sont broyées, l'huile y est encore vendue. On dit que l'huile issue de ce moulin avait un goût unique, un parfum exceptionnel...



Quelques pas de plus, et nous voilà chez monsieur Laborie

L'agneau du Quercy (spécialité des Causses)

Il est en train de faire cuire un de ses plus beaux agneaux. Et il s'y connaît, en agneaux ! Dans sa bergerie, il a 300 brebis qui mettent bas les unes après les autres, dès la fin de l'hiver. Cette année, il a signé une charte pour obtenir le label de qualité « Agneau fermier du Quercy ». Cela signifie qu'il doit respecter des règles précises d'élevage qui garantissent la qualité et la saveur de la viande.



Allons maintenant vers l'église, chez madame Bergougnoux

Le safran (spécialité de la Vallée)

Vous me direz des nouvelles du plat de riz au safran qu'elle a préparé. Vous voyez, l'herbe grasse, derrière sa maison ? Ce sont les « Crocus sativus ». Les fleurs violettes apparaîtront entre octobre et novembre. Il faudra alors vite en extraire les trois stigmates qui sont de couleur rouge sang et les faire sécher. Une fois cuisinés, ils colorent les aliments en jaune orangé. Allez, un peu de calcul : un mètre carré de culture donne environ 1 gramme de safran. Et pour avoir un kilo de safran, il faut environ 140 000 fleurs ! Le prix du kilo de safran est plus cher que celui de l'or ! C'est pourquoi on le cultivait dans la vallée du Célé dès le 14^{ème} siècle.



Du fromage chez les Cubaynes, Rocamadour ou Cabécou ?

Vous les connaissez, ces petits fromages tout ronds fabriqués avec du lait de chèvre (autrefois on les faisait aussi avec du lait de brebis). Il y en a pour tous les goûts : des frais, des crémeux, des secs. Albert, le fromager, s'est levé tôt ce matin pour traire ses chèvres. Le lait de la traite est directement acheminé dans une cuve par un lactoduc. Puis, Albert y ajoute de la présure et maintient le tout dans un endroit tempéré afin que la magie opère. Le caillé obtenu, après égouttage, sera salé puis moulé dans des plaques percées. Ensuite, c'est l'affinage, qui a lieu en cave où, pendant 6 jours, il faudra retourner les fromages.

- « Alors, comment vous les trouvez mes Rocamadours ? » demande Albert, très fier depuis qu'il a obtenu le label AOC !
- « Oh, ils sont délicieux. Mais ceux de Robert l'étaient aussi, la semaine dernière, avec leur petit goût de genévrier. »
Eh oui, Robert, un autre chevrier, fabrique ses fromages de façon traditionnelle. De ce fait, il n'a pas à respecter des règles aussi précises que pour l'AOC et nourrit ses chèvres de façon plus variée, dedans comme dehors. Le goût du lait varie aussi, donnant des « cabécous » aux multiples saveurs.

Cabécou, s'écrit cabecou en occitan (même prononciation) signifie petit fromage de chèvre. C'est un dérivé de cabra (prononcer cabro qui veut dire chèvre) du latin capra (même signification).



LES LABELS :

Certains produits que nous mangeons portent une note de qualité attribuée par l'Etat.

En France, il y en a 4 principales. Les produits qui en bénéficient sont très contrôlés et doivent toujours être fabriqués selon les mêmes règles. Depuis 1992, la Communauté européenne a également créé trois labels pour préserver la qualité des produits alimentaires.



Pour terminer le repas en beauté, allons chez madame Valette.

une pâte fine, fine, fine le pastis

Au sous-sol de sa maison quercynoise, elle a installé deux longues tables. Regardez bien : elle y a posé une boule de pâte, qui, une fois étirée, va recouvrir entièrement les tables et ressemblera à du papier de soie ! Un vrai tour de magie là encore ! Un peu de farine, d'eau, d'œuf, d'huile, quelques pommes, du sucre, de l'alcool. N'allez pas croire que c'est si simple ! La recette ne suffit pas... il faut le voir faire au moins une fois avant de se lancer dans sa fabrication.



Il était une fois... un moulin à huile de noix

Nous sommes en 1940/1950, dans une maisonnée de Varaire. C'est le soir. Au coin du feu, des femmes racontent des histoires tout en cassant des noix. Le lendemain, on portera les cerneaux au moulin de Fontvielle. Un petit garçon de 7 ans rentre de l'école, il n'a pas le temps de s'amuser, son père l'attend au moulin, avec sa grand-mère et quatre autres hommes. Le cheval Tagada y est aussi. Le petit garçon pose son cartable et entame sa corvée du soir : tirer Tagada (attaché à la lourde meule en pierre) afin d'écraser les cerneaux de noix. Ensemble ils tournent, tournent, tournent encore. C'est la phase de broyage. La pâte obtenue est transvasée dans une grande bassine de cuivre au-dessus d'un feu. La grand-mère la fait chauffer à 70°C, avant de la placer ensuite dans le pressoir. Là, les hommes poussent et tirent de toute leur force sur les bras de la vis. Le liquide qui s'écoule du pressoir est l'huile de première pression. Elle sera mise en bouteille puis vendue. Aujourd'hui, le moulin ne fonctionne plus. Pour lui, le temps s'est arrêté en 1956. Il est devenu un musée, que monsieur Lamouroux, le petit garçon de l'époque qui a bien grandi, se plaît à faire visiter...



Au pied de certains chênes ou noisetiers, on peut trouver un trésor : c'est la truffe

un champignon souterrain de couleur sombre, dont le goût particulier vaut de l'or (on l'appelle « le diamant noir »). On cherche la truffe avec un cochon, un chien ou en observant une mouche qui s'envole du sol, juste au-dessus de la truffe. Lalbenque, un village de notre Parc, est connu dans le monde entier pour ses marchés aux truffes. Entre novembre et février, on peut assister à des ventes spectaculaires, qui ne durent que quelques minutes.



Pour la p'tite histoire: la légende de la truffe Pourquoi les cochons cherchent-ils les truffes ?

La légende raconte qu'une fée, transformée en vieille dame, frappa un soir à la porte d'un pauvre père de famille. Elle était affamée et avait froid. Le pauvre homme la fit entrer et elle fut invitée à partager la soupe. En récompense, la vieille dame lui donna des graines. « Sème-les sous les chênes de ton bois, lui dit-elle, et tu récolteras chaque hiver des fruits nouveaux de la terre qui t'apporteront la richesse... » Et c'est ce qui arriva.

Bien des années plus tard, les enfants du vieil homme étaient devenus riches propriétaires. Un soir, ils virent arriver une très vieille dame demandant la charité. Ils la renvoyèrent durement. Alors, la vieille femme, qui était la fée, décida que les truffes ne seraient plus seulement le trésor de cette famille. Elle transforma la belle demeure en porcherie et ses habitants en... cochons ! Vous savez maintenant pourquoi les cochons cherchent les truffes.

Istorièta pichonèta: La legenda de la trufa negra Perqué los tessonns cercan las trufas negras ?

La legenda ditz qu'una fada, canjada en vièlha, tustèt un ser a la porta d'un paure paire de familha. Era aganida e refrejada. La paure òme la fèt dintrar e foguèt convidada a partejar la sopa. Per lo recompensar, la vielha femna li donèt qualques granas. « Semèna-las dejós qualques garrics de ton bòsc, çò diguèt, e cada ivèrn auràs de la frucha novèla de la terra que te rendrà ric... » E quò's çò qu'arribèt.

Plassas annadas après, los enfants del vièl heran venguts pagès. Un ser, vejeron arribar una vièlha femna que demandava la caritat. L'embandiguèron durament. Alèra, la vièlha, qu'era la fada, decidiguèt que las trufas negras serian pus res que lo tresaur d'aquesta familha. Canjèt lo polit ostal en porcariá e los abitants en... tessonns ! Ara savètz perqué los tessonns cercan las trufas negras.

L'ÉCOLE DE THÉGRA

Nous sommes allés visiter la noyeraie de M. Chartroux qui nous a montré comment casser les noix pour garder les cerneaux entiers. Il nous a appris tout ce que l'on peut faire avec des noix : du vin, de l'huile, des gâteaux...

Avec le tronc du noyer, on fabrique des meubles. Quand nous touchons le brou (l'enveloppe autour de la coque), nos mains deviennent noires. En broyant le brou, on peut obtenir une sorte d'encre dont on se sert en arts plastiques.

Nous avons fait une expérience : en frottant un cerneau de noix sur une feuille, une tache translucide est apparue. Nous en avons déduit que la noix contient de la matière grasse. En écrasant les cerneaux, on obtient de l'huile.

Nous avons confectionné des petits objets en utilisant des noix.

Avec les coquilles, on peut réaliser plein de choses !

Nous avons fabriqué des tortues, des cocinelles, des canards, des berceaux, des bateaux, des castagnettes, un grand soleil, un noyer.

Nous avons fabriqué aussi des noix géantes à l'aide de ballons de baudruche recouverts de papier journal.

Nos réalisations ont été exposées lors de la fête de la noix organisée par notre village.



RENDEZ-VOUS A THÉGRA
POUR LA FÊTE DE LA NOIX
LE DIMANCHE 31 OCTOBRE 2004

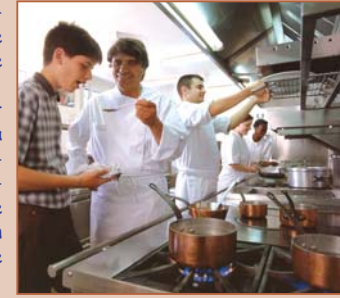
PETITS GÂTEAUX AUX NOIX

- 1 mesure de crème fraîche
 - 1 mesure de farine
 - 1 mesure de sucre
 - 1 mesure de poudre de noix
 - 1 pincée de levure
- Former des petits tas sur une plaque.
Four moyen 8 minutes

Recette d'un Chef, Gérard Curtet

La connaissance des produits locaux pour une cuisine inventive, de qualité et bien de chez nous, c'est dans cet esprit que Gérard Curtet travaille dans son restaurant de Gramat « le relais des gourmands ».

« Je travaille avec les savoir-faire des gens d'ici, qui savent fabriquer de bons produits. En plus, dans notre région, il y a plein de productions alimentaires ; alors après, c'est de l'imagination, de l'instinct : le goût de cuisiner ! Associer des ingrédients pour imaginer un plat ou un dessert, c'est connaître parfaitement les produits de base : son goût, son mode et son temps de cuisson et ses saveurs que je présente dans une assiette... juste avant que tu les dégustes ! » **Bon appétit !**



Soufflé glacé aux noix

Ingrédients :

- 100 g d'eau
- 350 g de sucre semoule
- 10 œufs
- 500 g de brisure de noix
- 2 cuillères à soupe d'arôme de noix
- 1 litre de crème liquide

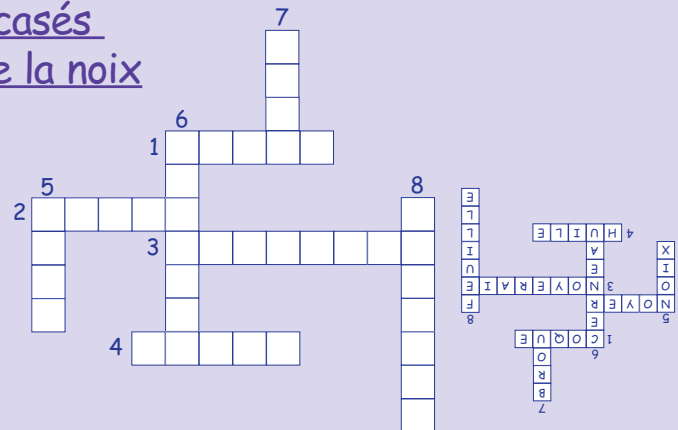
Recette

- Mets les noix dans un grand récipient.
- Sépare les blancs des jaunes d'œufs.
- Réalise un sirop avec 100g de sucre et 100g d'eau.
- Fais ensuite bouillir le sirop jusqu'à ce que le sucre soit bien dissous dans l'eau.
- Prépare une casserole d'eau chaude, conserve-la sur un feu doux et pose un récipient dessus.
- Dépose les jaunes d'œufs dans le récipient et bats-les au fouet, ajoute le sirop et continue à battre le mélange jusqu'à ce qu'il devienne blanc et épais.
- Finis de fouetter au batteur électrique jusqu'à refroidissement.
- Verse le contenu sur les noix et réserve au frais.
- Monte les blancs d'œuf en neige avec 250g de sucre.
- Dépose les blancs montés dans le récipient avec le reste de la préparation.
- Remets au réfrigérateur.
- Fouette la crème en chantilly avec l'arôme de noix.
- Verse la crème dans le même récipient et mélange délicatement le tout.
- Moule dans des ramequins et dispose au congélateur.

LES JEUX DE PURELAINE

Mots casés autour de la noix

- 1 Partie dure du fruit.
- 2 Les noix poussent dessus.
- 3 On y ramasse les noix.
- 4 Obtenue en broyant les cerneaux.
- 5 Fruit du noyer.
- 6 Morceau du fruit.
- 7 Enveloppe de la coque.
- 8 On la trouve sur l'arbre.



Purelaine

Journal des enfants du Parc naturel régional des Causses du Quercy - BP 10 - 46240 Labastide-Murat
Rédactrice en chef: Annie Boucau - Directeur de la publication: Jacques Ravaud - Rédaction: Stella Royer - Conception, réalisation: Pacha Press Com - 46230 Cremps. Ont participé à ce numéro: Christophe Ménéssol, les enfants des écoles primaires de Thégra - Imprimerie France Quercy, 46001 Cahors - ISSN: 1633-7433

LEXIQUE

- Affinage** : dernier terme de la maturation des fromages
- Caillé** : lait coagulé
- Cerneau** : ce qui reste de la noix si on enlève la coquille
- Charte** : règlement écrit qu'il faut respecter
- Forains** : gens dont l'activité s'exerce sur des foires,
- dans les fêtes de villages
- Lactoduc** : canal qui conduit le lait, du pis de la chèvre à la cuve
- Meule** : grosse pierre de forme circulaire
- Présure** : enzyme du suc gastrique qui provoque la coagulation du lait



Parc naturel régional
des Causses
du Quercy

