(Crédit photos Monique Haehl)

ETE 2023

►ACTUALITES FRANCE-SUISSE◄

L'Edito de la rédaction

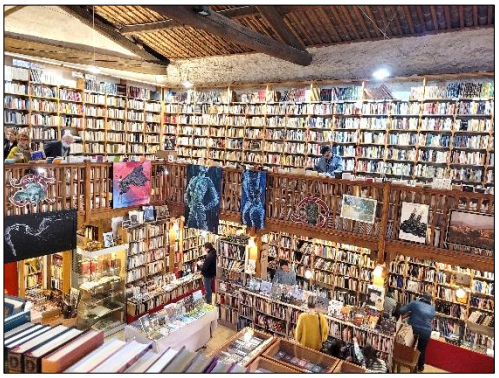
L'été nous tend les bras, et avec lui retrouvons sérénité et bien-être…

Prendre l'air, s'évader près de chez soi, le temps d'un week-end ou de quelques semaines, profiter pleinement des nombreux festivals, chiner sur les brocantes, organiser des apéros entres amis ou en famille, aménager son jardin ou son balcon

Vivre à son rythme le temps des vacances, « buller » un peu certes mais aussi se cultiver : les expositions foisonnent partout en France, en Suisse et ailleurs…soufflons un peu, c'est l'été…
Retrouvons-nous vite, à la rentrée pour de nouvelles découvertes.
Monique et Frédéric Haehl

ESCAPADE EN OCCITANIE

Flâner le long du canal du Midi :



Le **canal Royal** (construit par Louis XIV) est le trait d'union entre l'Atlantique et la Méditerranée.
Dénommé Canal du Midi, il relie **Toulouse à la Méditerranée** dans la ville de Sète, long de 240 kms. Il fut construit au 17ème siècle sur une idée de **Pierre Paul Riquet** avec le soutien du roi **Louis XIV**. Il constitue une prouesse technique et architecturale exceptionnelle avec ses écluses, ses ponts et son chemin de halage permettant une randonnée pédestre ou en VTT sous les ombrages des arbres plantés au fil des ans. Bien entendu il est possible de participer à des croisières fluviales avec des haltes de plaisance pour s'amarrer et découvrir les villages. Cela lui a valu l'inscription **Patrimoine Mondial de l'Humanité** par l'Unesco.
Il est indispensable de faire halte **« Au Somail** », village resté quasiment intact avec son pont en pierre, ses restaurants-guinguettes au bord de l'eau, et ses bateaux amarrés le long de la berge. *(Crédit photos Monique Haehl)*
Il faut impérativement rendre visite à une librairie située au pied du pont :
«le trouve tout du livre» : dès l'entrée, sur une hauteur de près de 10 m, on découvre 50.000 ouvrages classés et de tous les genres : histoire, géographie, livres de cuisine, livres

anciens, BD, revues, gravures….. Le plus extraordinaire est qu'il semble qu'autant de livres soit en réserve : les vendeurs (ses) (*demander Marie-Laure*) sont très compétents et connaissent l'emplacement de chaque livre, il suffit de se renseigner.
www.le-trouve-tout-du-livre.fr

Ce village, au charme indéniable, a attiré de nombreux artistes dont des potiers : l'un nous a séduit par sa créativité :

Davy Armengaud-Fructuoso, "el molisero », crée toute une gamme de **céramiques uniques** et très variées, ayant pour thèmes tantôt la culture méditerranéenne, l'art primitif, ou encore des approches ethniques. Le tout dans une démarche **contemporaine**, et en travaillant parfois à des collaborations artistiques avec d'autres créateurs.
Cet été, les **14 et 15 août**, retrouvez les créations de Molisero Ceramic, à l'occasion du **31ème marché des potiers** - Place de la République Sallèles d'Aude (Aude) *(crédit photo Molisero Ceramic)*
www.molisero-ceramic.com

Retour vers Narbonne :

Cité antique traversée par le **canal de la Robine** (reliant le canal du Midi à la mer par Narbonne), elle fut fondée en **-118 avant JC** par les romains à mi-chemin entre Toulouse et Montpellier. Le musée **Narbo Via** présente un état des lieux des fouilles passées et actuelles avec notamment un mur monumental de près de **800 blocs de pierre** issus pour la plupart de nécropoles romaines, le site **d'Amphoralis**, ancien atelier de production d'amphores permettant de découvrir l'art de la poterie d'antan.

Parcourir la **vieille ville** est un enchantement avec ses ruelles piétonnes bordées de maisons anciennes, son quai arboré le long du canal avec ses terrasses, le **Palais des Archevêques**, véritable forteresse médiévale et sa **cathédrale gothique**, une des plus hautes de France.

De l'autre côté du canal, se dresse dans sa construction type **Baltard** (1901) très bien conservée **les Halles de Narbonne**, primée en 2022 comme « plus beau marché de France » par TF1 et qui propose, via ses marchands installés à l'intérieur, des produits du terroir : huitres, miel, huile d'olive, légumes et fruits des alentours sans compter la possibilité de déguster les spécialités locales dans les restaurants intégrés aux Halles. *(Crédit photos Monique Haehl)*

Enfin, ne pas quitter Narbonne sans avoir visité la maison natale de Charles Trenet :

Maison de Charles Trenet

« Mes autres maisons m'appartiennent mais j'appartiens à celle de Narbonne » disait C. Trenet (1913-2001). Son âme demeure présente à travers ses souvenirs de famille, ceux de ses jeunes années, de sa longue carrière (de nombreuses photos avec ses amis inconnus ou célèbres). Il est l'auteur-compositeur-interprète de plus de **mille chansons** parmi lesquelles **60 succès** internationaux. Surnommé le **« fou chantant »** il est le **père de la chanson française** du 20ème siècle.

C’est ici dans cette maison familiale que s’est formé l’oreille musicale du petit Charles avec une mère qui jouait du jazz « naissant » sur son piano et son père guitariste et compositeur de sardanes. Ce bonheur se brisa vers 8 ans par le divorce de ses parents et deux années de pensionnat qui l’ont marqué pour la vie. C’est cette enfance gâchée qui l’a poursuivi toute sa vie et qu’il a décidé qu’il aurait toute sa vie *pour vivre son enfance*. C’est ici que sont nés des refrains célèbres et un Karaoké Trenet (situé au 2ème étage) vous permettra de chanter ses plus célèbres chansons.
Sur réservation tél. 04 68 58 19 13
Maison de Charles Trenet - 13 avenue Charles Trenet - Narbonne. *(Crédit photos Monique Haehl)*

Autre incontournable de Narbonne :

Les Grands Buffets fondés en 1989

Nous vous en avions déjà parlé l’année dernière lors de notre voyage à Sète mais nous voulions y retourner en soirée pour tester l’ambiance « diner aux chandelles ».
Dès l’entrée, le restaurant se pare de mille feux par un nombre innombrable de bougies posées sur des chandeliers en argent installés sur chaque table qui se consumeront tranquillement toute la soirée créant une **ambiance romantique, un peu magique,** et pleine de douceur.
Reçus très courtoisement par une cohorte de maitres d’hôtels, celui dédié à votre table vous accompagne et vous installe puis il prend la commande des boissons avant de vous laisser vagabonder à travers les différents buffets.

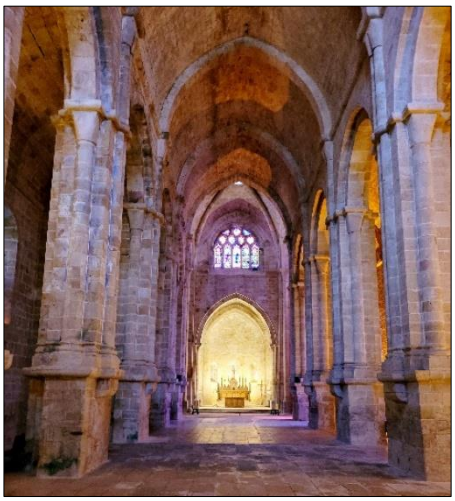
Les entrées avec son plateau de fruits de mer et sa cascade de homards, saumon fumé, Bellevue, aspic, l’assortiment de foies gras, les charcuteries et sa farandole de 9 jambons secs….
Suivent **les plats** : les grands classiques de la cuisine française comme lièvre à la royale, escalope de foies gras poêlés, côte de bœuf, cochon de lait, 24 plats différents dénombrés en comptant les poissons (homard à l’américaine, aioli, coquilles saint jacques …)

Mais le *« clou du spectacle »* est la table dédiée au **Canard au Sang** qui rend hommage à la légendaire recette de la **Tour d’Argent** et qui est présent à tous les services !!!
S’il vous reste encore un peu d’appétit, suivent **les buffets de fromages** (plus grand buffet au monde, Guinness des records avec plus de **110 sortes différentes**) et les **buffets de dessert**.
Le tout à discrétion *(prendre de petites portions est vivement conseillé)* et pour prix de **moins de 60 euros (hors boissons).**
Les vins sont tous de la région et au prix producteur …
Bref un instant de bonheur inoubliable, couru de la France entière et même de l’étranger, avec pour **contrainte de réserver plusieurs mois à l’avance**
www.lesgrandsbuffets.com *(Crédit photos Monique Haehl)*

Visites aux alentours de Narbonne :

Abbaye cistercienne de Fontfroide ;
Dans un écrin de verdure à une dizaine de kms de Narbonne, Fontfroide vous fait sentir sa puissance et sa profondeur.
Fondée en 1093 l’abbaye est bénédictine, elle rejoint l’ordre des **Citeaux** en 1145 pour une organisation monastique originelle.

A l'abandon, elle fut sauvée de la destruction par **Gustave Fayet et son épouse** (collectionneur d'art, lui-même peintre et proche de Paul Gauguin) en 1908. Commence alors une restauration d'ampleur qui durera plus de **10 ans** pour s'y installer avec sa famille et recevoir leurs amis artistes (Odilon Redon, Aristide Maillol…) leurs talents enrichissant Fontfroide d'œuvres originales.



On découvre dès l'entrée la vie des **moines cisterciens** voués à la prière, confiant les tâches agricoles à des laïcs (frères convers) gérant un immense domaine terrien. Au 13ème siècle **Fontfroide** compte une **centaine de moines et plus de 200 frères convers**.

Après la visite de la Cour d'honneur, on accède au réfectoire puis la cour de travail (ateliers de forgeron, du cuir, menuiserie boulangerie…) afin d'assurer l'autosuffisance des moines.

Comme dans toute abbaye, le cloître, magnifiquement restauré, fait partie de la vie des moines comme **l'abbatiale** qui s'élève majestueusement au milieu de Fontfroide.

Impressionnante de hauteur avec ses murs en pierre, elle explose de couleurs grâce aux vitraux crées par **l'alsacien Burgsthal** pour une explosion de couleur (à la demande de Gustave Fayet). Dans la nef, la série de vitraux consacrés à **Saint François d'Assise** propose un monde où le vert domine.

Au sujet du vert et de la nature, il ne faut pas oublier de visiter **les jardins de l'abbaye** avec sa magnifique **roseraie** et les diverses plantations **d'herbes aromatiques** sur les restanques.

La visite se termine par la boutique de souvenirs et le passage obligé à la **cave de Fontfroide** où vous pourrez goûter et acheter les vins produits sur le domaine. *(Crédit photos Monique Haehl)*

www.fontfroide.com

En route pour Lagrasse et son abbaye médiévale

Lagrasse est classé parmi ***« les plus beaux villages de France »*** et ***« ville des métiers d'Art »***

Ses ruelles pavées piétonnes vont vous conduire depuis les halles médiévales vers les rives de **l'Orbieu** au pied de la célèbre abbaye par un pont vouté en pierre.

Ce village cévenol construit en pierres du pays est fier de son passé médiéval : **plafonds peints de la Maison du Patrimoine,** sa **librairie-bistrot** de la **maison du Banquet**, et les artisans-artistes du village qui vont vous montrer leur savoir-faire.

Parmi ceux-ci nous avons particulièrement aimé le travail **d'Axelle Lecoester, maître verrier** : sa formation au Lycée des métiers du verre **Lucas de Nehou** (Paris), licenciée en histoire de l'Art à la Sorbonne, et maîtrise d'arts plastiques à Amiens lui permettent aujourd'hui de restaurer des œuvres anciennes (vitraux), de **créer des pièces contemporaines** (vitraux, miroirs…) et de nombreuses **sculptures** et **objets du quotidien** en verre coloré.

Installée depuis plus de 25 ans à Lagrasse et aidé de son mari, ils ont peu à peu restauré leur boutique pour en faire un lieu d'exposition (et de travail) des plus agréables.

N'hésitez pas à pousser la porte pour découvrir ces merveilles et un accueil des plus sympathiques.
www.dautresjours.com *(Crédit photo Monique Haehl)*

Direction l'abbaye :

Un diplôme de Charlemagne **daté du 19 janvier 779** est couramment désigné comme la charte de fondation d'une petite communauté d'ermites déjà existante, **la volonté de Charlemagne** étant de rechristianiser la région occupée depuis 2 générations par les musulmans. Il dotera ainsi le Midi de nombreux monastères **tout au long des Pyrénées** (environ 30)
Les donations, provenant des papes, riches seigneurs de la région et même des Comtes de Barcelone, sont constituées de terres, villages, châteaux, églises et monastères.
L'abbaye de Lagrasse compta **6 abbayes, 25 prieurés, 67 églises, 91 places de royaume de France** et du **comté du Roussillon.**
59 abbés se succédèrent à la tête de cette abbaye très puissante jusqu'à la révolution où les quelques moines encore présents **quittèrent Lagrasse en 1792** et l'abbaye fut vendue en 2 lots qui subsistent encore actuellement.

Le premier lot est géré par le département depuis 2004 et comprend le palais du seigneur-abbé, le cellier, la boulangerie, le dortoir des moines, et la chapelle. *(Crédit photos Monique Haehl)*

www.abbayedelagrasse.fr

La deuxième partie est occupée par les **Chanoines Réguliers de la Mère de Dieu** qui s'appliquent à faire revivre l'abbaye depuis 2004. Une seule partie est visitable comme **le cloître** (1760), **l 'Eglise Abbatiale** des 13 et 14ème siècle, **le transept sud**, magnifique construction de premier roman, témoin de la splendeur de celle-ci au Moyen Age, **le clocher-tour** construit par **Philippe de Lévis, évêque de Mirepoix**, tenant autant de la forteresse que du clocher, culminant à 80 mètres et **le jardin monastique** servant de potager, vergers et plantes culinaires.
N'oubliez pas de passer par la boutique qui propose de nombreux produits fabriqués par les moines de toute la France.
www.lagrasse.org *(Crédit photos Monique Haehl)*

Direction le Sud, pour longer la Côte du Midi :

Cette **mosaïque de paysages** est à l'origine d'une biodiversité exceptionnelle, préservée depuis 10 ans par le **Parc Naturel régional de la Narbonnaise en Méditerranée :** plages de sables, lagunes, salins **…**

L'étang de Bages, véritable mer intérieure, s'étend de la sortie de Narbonne jusqu'à Port la Nouvelle, face à Gruissan.
Cette zone, très préservée, doit être parcourue en voiture ou à vélo en longeant le plus possible les bords de l'étang pour en découvrir toute leur beauté tant florale que végétale (en respectant bien sûr la nature).
De pittoresques villages sont à visiter comme **Sigean, Peyriac sur Mer, Port la Nautique** et **Bages.**

On découvre, du village de **Bages**, construit sur un **piton rocheux**, un vaste panorama sur **l'Etang de Bages**.
Parcourir les ruelles médiévales où les habitants ont fait l'effort de les conserver au maximum dans leur état d'origine est un vrai enchantement surtout par un soir d'été au coucher du soleil.

Et là, au gré de nos balades, nous avons découvert un restaurant spécialisé dans les produits du terroir et des produits de la mer : **le Portanel** :

En arrivant le charme opère tout de suite avec une vue superbe de la terrasse surplombant l'étang. D'autre part, avec un **Maître Restaurateur** aux fourneaux, on est sûr que le déjeuner sera à la hauteur, et ce fut le cas.

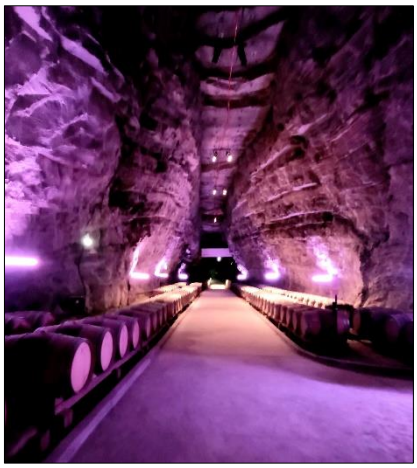
La « star » de l'étang étant **l'anguille**, nous avons testé et dégusté le **« menu anguilles »** composé de 7 plats élaborés autour de l'anguille : terrine d'anguilles et foie gras, anguilles sautées persillées, anguilles au vert, à la Narbonnaise, bourride, civet d'anguilles au fitou, et dessert des garrigues. (Ouf !!!), le tout accompagné à chaque plat d'un verre de vin régional choisi par le chef lui-même.

Jean Christophe Rousseau a su magnifier ce poisson en présentant un menu très raffiné au prix modique de **42 euros tout compris**.

Bravo et merci pour ce moment exceptionnel (pour ceux bien entendu qui aiment l'anguille dans leur assiette)
www.restaurant-portanel-bages.fr *(Crédit photos Monique Haehl)*

***Terra Vinea : entrez dans l'Histoire : En remontant vers Narbonne*, n'hésitez pas à faire un petit détour à Terra Vinea.**

Dans le village de **Portel-des-Corbières**, une mine de **gypse** a été longtemps exploitée et son minerai a donné naissance au talc.
Après sa fermeture définitive, les habitants du village et les vignerons aux alentours eurent l'idée de transformer ce réseau de galeries creusées pour l'extraction en un **« musée » souterrain**.
Dès votre arrivée, vous allez accéder à cet endroit surprenant par un **petit train** qui va vous descendre à **80 mètres sous terre**. Et la magie va opérer.
Vous arpenterez **800m de galeries** dans la fraîcheur (16°) pour assister à un véritable son et lumières sublimant une immense voûte terrestre telle une cathédrale.
Vous longerez des tonneaux de vins qui vieillissent tranquillement avant de découvrir **une villa romaine antique reconstituée, un lac souterrain** et **un musée du travail de la vigne**, sans oublier bien sûr une **rétrospective du travail des mineurs.**
Un voyage *« au centre de la terre »* qui montre aussi quel fut le dur travail des vignerons d'autrefois et leurs outils d'antan.
En sortant, compris dans le prix de l'entrée, il vous sera offert **une dégustation de différents vins locaux rigoureusement sélectionnés** que vous pourrez acheter.
www.terra-vinea.com *(Crédit photos Monique Haehl)*



www.nectar-vinum.com (boutique en ligne)

Une adresse pour séjourner dans cette belle région :

A Sallèles d'Aude (quelques kms de Narbonne) et près du **Somail** (dont nous avons parlé plus haut) se niche une petite résidence de vacances **Odalys** au milieu des champs.
A moins de 200m des berges du canal du Midi, la résidence **« Odalys Côté Canal »** vous propose des maisonnettes toutes équipées climatisées, avec terrasse en rez-de-jardin.
Des logements allant de 30 à 60m² sont idéalement répartis de façon à ne pas se gêner et très correctement équipés.
La résidence offre deux piscines, un terrain de tennis, un terrain de volley, une aire de jeux pour enfants, un terrain de boules, laverie et parking extérieur privatif.
De plus le personnel est très accueillant notamment sa Directrice, **Delphine**, toujours prête à vous renseigner sur les différents sites à visiter et à vous dépanner si besoin.
Une halte idéale pour bien visiter cette **région qui mérite le détour.**
www.odalys-vacances.com
*Nous vous avons déjà parlé dans une précédente newsletter de **l'Atelier du Vinaigre, situé à Coursan dans l'Aude** et si vous êtes dans le secteur une visite s'impose pour découvrir leurs nouveaux produits :*

A tester des saveurs inédites avec le vinaigre balsamique au cacao Trinité : un mariage surprenant proposé au départ spécialement pour la fête de Pâques ! Cet « œuf revisité » renferme une association équilibrée entre un balsamique dense et du grué de cacao origine Trinité de la **maison Bonnat**, torréfacteur de fèves de cacao depuis 7 générations.
Ce balsamique au cacao saura sublimer vos plats ou vos desserts tout en finesse. Vous pourrez l'accompagner du

traditionnel Agneau de Pâques dans une sauce chocolatée, un jus corsé ou bien sur un gâteau au chocolat tel un nappage...

A noter aussi, ils sont très peu de fabricants, à proposer des cornichons 100 % Français, plutôt doux et croquants, mais fort généreux.

Sur leur boutique en ligne, vous trouverez également outre les vinaigres, toute une gamme de condiments (moutardes, huile d'olive vierge, olives de Lucques, pâte d'olive au balsamique etc…*(Crédit photos Monique Haehl)*

www.granhota.com

Les escapades en région Auvergne Rhône Alpes

Planète Enjeux au Parc des Oiseaux :

Comme chaque année, **le Parc des Oiseaux à Villars les Dombes** et son dynamique Directeur **Emmanuel Visentin** présentent **une nouvelle animation** qui a pour but de sensibiliser les visiteurs aux **problèmes de la Planète**.

Ce parcours comprend 4 étapes :

La première vous explique l'évolution de l'humanité par rapport aux animaux et oiseaux bien installés dans une nacelle de montgolfière. Cet état des lieux propose une **vue aérienne du parc** avec des martinets noirs et des oiseaux migrateurs.
La deuxième étape vous emmène dans l'Antarctique, Pôle Nord et Pôle Sud où vous pourrez admirer une colonie de manchots et comprendre les menaces de la **pollution** et de la **surpêche Le manchot devrait disparaitre d'ici la fin du siècle** par suite du réchauffement climatique de la calotte glacière, son duvet n'étant pas adapté aux chaleurs nouvelles.

Direction maintenant **l'Amazonie** avec le fleuve Amazone où la **déforestation journalière** correspond à **2300 terrains de foot** où bientôt il n'y aura plus de faune, flore, perroquets ara et d'indigènes puisqu'on **détruit leur habitat naturel**.
Enfin en route vers **l'Australie centrale** (2/3 en désert) dans une caravane en acier **style US** assis dans de confortables sièges rouges où un film vous montrera les dégâts des vastes incendies (**19 millions d'ha brûlés en 2 ans**) et leurs conséquences sur la faune et la flore .
Des sujets élaborés par Franck qui ont pour but de montrer aux visiteurs ce que l'homme est capable de faire dans sa course au profit !!! *(Crédit photos Monique Haehl)*

www.parcdesoiseaux.com

*Dans le cadre du **programme Barnabé** dont la préservation des espèces volatiles est le but, le Parc des Oiseaux a l'honneur de vous annoncer la naissance de **deux bébés condor**. Les parents et les bébés se portent bien, les vétérinaires du parc sont à féliciter.*

La Cité du Chocolat vous embarque dans un voyage ludique, pédagogique et gourmand.

Cet été, faites une halte à **la Cité du Chocolat à Tain l'Hermitage** (Drôme) située au bord de la N7, avec au programme :

Pour les enfants, un atelier destiné à leur **faire découvrir la fabrication du chocolat de A à Z**, du travail des producteurs de cacao à la fabrication du chocolat. Par petits groupes, les enfants sont immergés dans ce processus magique en réalisant eux-mêmes les différentes étapes de création du chocolat : ouverture de la cabosse, travail des fèves de cacao jusqu'à la pâte de chocolat
Succès assuré pour les petits gourmands curieux.
Pour les parents, ils passent derrière les fourneaux pour **réaliser des goûters simples et gourmands** : tarte chocolat minute, mousse au chocolat, pâte à tartiner pralinée sous la direction de **Maître pâtissier Valrhona** qui donnera toutes **les techniques pâtissières**.
A découvrir aussi le **chocolat frappé** qui sera l'occasion d'une pause gourmande estivale avec deux recettes : **velours fraise** (mariage du Celaya Valrhona et purée de fruits) et douceurs des îles (noix de coco et chocolat noir des Caraïbes).
Ne pas oublier (mais sur réservation indispensable) de faire une **pause déjeuner** au comptoir **Porcelana** qui vous proposera des plats élaborés par les **chefs de Valrhona**, et de passer par la boutique pour des achats gourmands.

Si vous faites étape à Tain, il est proposé en soirée, des séances de cinéma en plein air.

www.citeduchocolat.com
www.valrhona.com

Encore un petit tour en cuisine de l'apéritif au dessert ...

C'est l'été, le temps des réunions en famille ou entre amis :

Terre Exotique vous propose une explosion de saveurs printanières dans vos « dips » apéritifs

Les beaux jours arrivent et, avec eux, les **plateaux apéritifs** aux **saveurs printanières** ! Composez vos **dips maison** grâce à notre sélection d'**assemblages d'épices** dédiés pour réhausser vos **recettes préférées**.

Adeptes de **tzatziki**, **houmous** ou **guacamole** ? Terre Exotique vous livre ses meilleures **astuces**.

Assemblage pour tzatziki

Tartiné sur des tranches de pain, en sauce pour accompagner vos sandwichs, votre saumon fumé, vos salades ou encore vos viandes grillées. Le tzatziki se déguste traditionnellement dans des pains pitas giros en Grèce.

Assemblage pour guacamole

L'assemblage pour guacamole vous transporte directement au cœur du Mexique par ses notes à la fois douces et épicées grâce à la présence du piment d'Espelette et du paprika. Cet assemblage est parfaitement fidèle aux arômes du véritable guacamole mexicain.

Tahin

Originaire du Moyen-Orient, cette crème de sésame blanc, plus connue sous le nom de Tahini, est parfaite en cuisine, pour réaliser du houmous, un caviar d'aubergine, ou plus simplement en tartine avec du miel.

Zathar

Au Liban, ce mélange aux saveurs chaudes et citronnées est utilisé dans les mezzés. Orientalisez vos légumes du soleil, viandes blanches et saumons fumés et pourquoi pas vos marinades ! *(Cf/Crédit photos Terre Exotique)*

Retrouvez de nombreuses recettes sur leur site et commander vos épices pour être sûrs de les trouver.
www.terreexotique.fr

La note gourmande, avec un ouvrage proposé par Terre Vivante : « ça c'est de la tarte » de Marie et Maud Chioca :

40 recettes de tartes originales, pour le dessert ou le goûter, très **fruitées**, **innovantes**, appétissantes, **inratables** et **saines** (moins de beurre, de sucre, de crème) …
Elles sont **classées par saison**, pour profiter au mieux des ressources du moment et ainsi **diminuer son impact écologique**.
Les autrices proposent de **nombreuses idées et trouvailles pour présenter les tartes autrement**, comme en témoignent les magnifiques photos.
Tout pour se faire plaisir et épater la galerie, sans nuire à sa santé ! **Marie Chioca** est autrice, créatrice et photographe culinaire. Elle partage sa passion pour une cuisine bio, saine et gourmande à travers de nombreux ouvrages chez Terre vivante et sur son **blog saines-gourmandises.fr.**
De nombreuses astuces à découvrir pour les réussir à coup sûr : pétrissage de la pâte, temps de repos, étalement, cuisson et des trouvailles innovantes et spectaculaires pour varier les compositions et sortir des présentations classiques.
Maud Chioca a appris la pâtisserie saine auprès de sa mère Marie, qu'elle seconde depuis des années. Un CAP pâtisserie est venu compléter sa formation pratique.
128 pages – 19 € – coll. Saines gourmandises *(Cf / Crédit photo Terre Vivante)*

En librairies, magasins bio et sur www.terrevivante.org

***Terre vivante est une coopérative (SCOP) employant 30 salariés**. Elle est donc largement engagée dans la mise en valeur de l'environnement et du développement durable. Sa mission principale est la transmission de savoir-faire pour une écologie positive et à la portée de tous.*

Recette gourmande, fraîche et surtout rapide pour l'été de Marie Chioca

Crème brûlée sans caramel avec une pointe de café, très agréable pour l'été

—
Ingrédients pour 4 ramequins
Cuisson 35 minutes + 5 minutes
—
50cl lait entier
1 gousse vanille
3 œufs
6 cuil à soupe sirop d'agave
1 espresso bien serré
—
Préchauffer le four à 180°C.
Porter le lait à ébullition avec la gousse de vanille fendue en deux. Laisser un peu infuser et refroidir hors du feu, puis ajouter les œufs, le sirop d'agave, le café et bien mélanger.
Verser dans les ramequins, puis enfourner pour 35 minutes au bain-marie.
En fin de cuisson, passer 5 minutes sous le grill en surveillant pour dorer les petites crèmes.
A savourer bien frais !

LES EXPOSITIONS

Fondation Pierre Gianadda à Martigny – « Les Années Fauves » en collaboration avec le Musée d'Art moderne de Paris 7 juillet 2023 - 21 janvier 2024

La Fondation Pierre Gianadda expose une centaine d'œuvres provenant du Musée d'Art moderne de Paris et aussi de musées français et de collections privées. Des peintures des années fauves animent les cimaises de la Fondation de couleurs flamboyantes. Un groupe de peintres expose leurs œuvres en exaltant la couleur pure au Salon d'Automne en 1905. Cet excès chromatique choque le public et Louis Vauxcelles, découvrant un buste d'Albert Marque s'exclame : «Donatello parmi les fauves»! La phrase fait mouche et fauve devient éponyme du Fauvisme, premier mouvement d'avant-garde du XXe siècle. Matisse, Manguin, Derain, Vlaminck, Rouault, Marquet, Dufy, Braque etc. participent de cette libération des tonalités. Les œuvres exposées illustrent cette technique picturale avec la construction de l'espace par la couleur pure : on transpose et la sensation le dispute à l'émotion. La Seine et les villages de Chatou, de Collioure, d'Argenteuil et la Normandie font partie des paysages allumés par les Fauves. Avec des statuettes d'Afrique, cette exposition démontre l'influence dans les ateliers des Fauves de cet art exotique. Certains s'ouvrent aux innovations comme la céramique. Les inventeurs du Fauvisme créent avec « une énergie vitaliste » un feu d'artifices dans le concert de l'art du XXe siècle

Nadar Dans les collections de la Fondation Gianadda 7 juillet 2023 - 21 janvier 2024

Félix et Paul Nadar ont tiré le portrait des créateurs et vedettes de la vie parisienne. Les artistes, peintres et écrivains de renom posent pour la postérité dans le célèbre

studio. Parmi eux, **Sarah Bernhardt** (1844-1923) brille par son art de la mise en scène. *(cf et crédit photo Fondation Gianadda)*
www.gianadda.ch

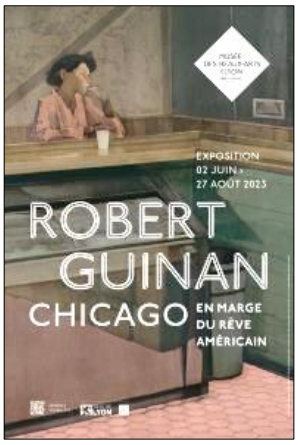
Fondation de l'Hermitage Lausanne – Vuillard et l'Art du Japon - Jusqu'au 29 octobre 2023

En été 2023, la Fondation de l'Hermitage revisite l'œuvre d'Édouard Vuillard (1868-1940) sous l'angle du japonisme, dont la mode déferle sur le Paris fin-de-siècle. Composé autour du délicat paysage *La Maison de Roussel à La Montagne* (1900) que conserve l'Hermitage, ce projet montre l'influence cruciale des arts japonais dans la production du maître nabi. Grand collectionneur d'estampes *ukiyo-e*, Vuillard a trouvé dans ces créations exotiques des formats inédits, une radicalité de composition et de cadrage, et des motifs singuliers qui ont profondément nourri son langage esthétique. Réalisées entre les années 1890 et la Première Guerre mondiale, une centaine de peintures et de gravures de l'artiste, chantre de la vie quotidienne et de la nature, dialogueront avec une cinquantaine de chefs-d'œuvre du pays du Soleil-Levant.

La vague du japonisme C'est sans doute grâce à la grande exposition consacrée à l'art du Japon par l'École des Beaux-Arts en 1890 que Vuillard s'est intéressé à l'esthétique nipponne, jusqu'alors négligée par les circuits académiques. Si tous les peintres nabis ont été sensibles à l'art du Japon, – à commencer par Pierre Bonnard surnommé le « nabi japonard » – Vuillard a collectionné le plus grand nombre d'estampes, cent quatre-vingts feuilles acquises à peu de frais au Bon Marché ou au Printemps. Inspirées des paysages du Japon, de geishas ou d'acteurs de *kabuki*, elles sont signées des maîtres de la gravure sur bois : Hiroshige, Hokusai, Kunisada, Kuniyoshi, Eisan et Utamaro. Certaines apparaissent sur les photographies du salon-atelier de l'artiste, simplement punaisées au mur. Sa collection comptait aussi plusieurs livres illustrés, parmi lesquels le volume 6 de la *Manga* d'Hokusai.

Renouveler les codes de la peinture occidentale De 1890 à 1914, les références à l'art japonais imprègnent profondément les peintures, les dessins et les lithographies de Vuillard. Comme les maîtres de l'*ukiyo-e*, Vuillard célèbre la vie quotidienne et la nature. Sans exotisme galvaudé, il enrichit son art en adoptant librement les codes nippons, multipliant les formats inattendus, les points de vue inédits et les compositions asymétriques. Souvent, il néglige la perspective albertienne et crée une sensation d'espace en juxtaposant hardiment un premier plan rapproché et un plan éloigné. Rejetant l'expression du modelé ou du volume, il synthétise les formes en usant de l'aplat et de l'arabesque et joue sur les effets de textures.

Thématiques de l'exposition Elle s'articule autour des genres picturaux pratiqués par Vuillard – scènes d'intérieurs et paysages – revisités sous le prisme de l'esthétique japonaise, pour révéler l'assimilation très personnelle qu'en livre l'artiste : *Scènes de la vie ordinaire*, *Paravents et kakemonos*, *Estampes et arts graphiques* et *Nature, l'émerveillement*. S'ajoute au parcours un ensemble de tableaux des amis nabis de Vuillard, tous imprégnés par l'art japonais : Pierre Bonnard, Maurice Denis, Paul Élie Ranson et Félix Vallotton. *(cf et crédit photo Fondation de l'Hermitage)*
www.fondation-hermitage.ch



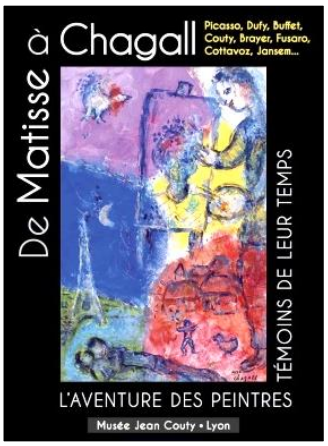
Au musée des Beaux-Arts de Lyon « Robert Guinan Chicago, en marge du rêve américain » jusqu'au 27 août 2023

Le musée des Beaux-Arts de Lyon consacre une exposition à l'artiste américain **Robert Guinan** (1934-2016). Il s'agit de la première rétrospective proposée dans un musée français depuis les expositions du musée de Grenoble en 1981 et de l'Académie de France à Rome en 2005. Les

expositions qui lui ont été consacrées à la galerie Albert Loeb (Paris) entre 1973 et 2008 ont fait connaître l'artiste en France. Près de quatre-vingts œuvres, créées entre 1965 et 2002, seront réunies. Elles proviennent du Musée national d'art moderne, du musée de Grenoble et du Centre national des Arts plastiques ainsi que de nombreuses collections particulières en France, en Italie et en Allemagne. L'importante sélection de peintures et de dessins sera complétée par deux séries de lithographies, l'une sur le thème de l'esclavage, l'autre inspirée des poèmes de guerre du grand poète anglais pacifiste Wilfred Owen. *(cf / crédit photo MBA)*

De nombreuses activités pour les familles, les enfants, sont programmées tout l'été au musée consultez leur site pour plus de détails :
www.mba-lyon.fr

Au musée Jean Couty L'Ile Barbe Lyon 9ème « de Matisse à Chagall, l'aventure des peintres, témoins de leur temps » jusqu'au 28 janvier 2024



Cette exposition rassemble plus d'une quarantaine d'artistes ayant participé de 1951 à 1982 au **Salon des peintres témoins de leur temps**, un des plus grands salons parisiens, dont **Jean Couty fut le lauréat en 1975.**

Une centaine de tableaux sont présentés : aquarelles, pastels, dessins, affiches et lithographies des maîtres de la peinture moderne comme **Buffet, Braque, Chagall, Cocteau, Dufy, Léger, Matisse, Picasso, Rouault, Van Dongen,** mais aussi d'autres grands artistes comme **Brayer, Couty, Cottavoz, Fusaro, Jansem,** et bien d'autres... *(cf / Crédit photo Musée Couty)*

www.museejeancouty.fr

Le Musée des Ursulines rend hommage à Pierre-Alexandre Morlon, né à Mâcon, (1878-1951) - jusqu'au 5 novembre 2023 « un art au service de la République »

A l'occasion du centenaire de l'installation de deux groupes sculptés qui décorent la ville de Mâcon, Les Vendangeurs et le monument aux morts, réalisés par **Pierre Alexandre Morlon**, le musée des Ursulines consacre à cet artiste sa première rétrospective.

L'exposition, dans une présentation superbement scénographiée, réunit plus de 200 œuvres, peintures, sculptures, médailles mais également esquisses préparatoires et matrices, provenant de collections publiques et privées, rassemblées pour évoquer la diversité de son travail.
Le musée a bénéficié du soutien de deux institutions conservant plusieurs spécimens de son travail : **le musée d'Orsay et la Monnaie de Paris** qui possèdent des fonds diversifiés en lien avec le travail du sculpteur et graveur en médailles.
D'autre part, des prêts exceptionnels venus du Canada ont été rendus possibles grâce au soutien de collectionneurs privés.
Le musée des Ursulines propose de nombreuses activités autour de l'exposition : repas « Années Folles », concert, spectacles de danse, conférences, activités pour les familles...
Retrouvez toute la programmation détaillée sur le site :
https://www.macon.fr/vivre-et-bouger-a-macon/culture/musee-des-ursulines
(Crédit photos Monique Haehl)

Découvrir l'espace permanent « du réalisme à l'abstraction » : 50 œuvres emblématiques des 19ème et 20ème siècle sont rassemblées pour retracer les principaux courants artistiques

qui jalonnent la période, des paysages réalistes aux compositions abstraites. L'ensemble, régulièrement enrichi par les acquisitions et donations.
L'espace dédié à Lamartine ainsi que les salles consacrées à l'archéologie.

Palais Lumière d'Evian exposition « Man Ray, Maître des Lumières » du 1er juillet au 5 novembre 2023

A travers une scénographie dynamique mêlant projections, sonorisations, chansons et paroles de Man Ray, le Palais Lumière d'Évian propose de (re)découvrir ce photographe reconnu… qui était également peintre, dessinateur, assembleur d'objets, sculpteur, écrivain et cinéaste !
Une exposition unique, pour toute la famille, qui retrace le parcours de cet artiste à l'œuvre polymorphe. Le tout dans l'effervescence du mouvement dadaïste et du surréalisme.

Emmanuel Radnitsky dit Man Ray… (1890-1976). L'insaisissable homme lumière. Si ses photographies telles que Le Violon d'Ingres ou Noire et Blanche sont mondialement connues, l'étendue artistique de son œuvre demeure mal ou méconnue.
Man Ray occupe une place prépondérante dans l'histoire de l'art du XXe siècle. Artiste polyvalent, il est un pionnier de l'art moderne. Son œuvre polymorphe traverse tous les champs visuels : dessin, peinture, sculpture, photographie, film, assemblages...
Précurseur, il est l'un des premiers à utiliser la photographie, non pas comme un simple moyen de reproduction, mais comme un véritable médium de création à part entière, faisant de cette technique un art.
Photographe du Tout-Paris
En 50 ans d'activité, des milliers de personnes sont venues se faire tirer le portrait dans le studio parisien de Man Ray : ses amis dadaïstes et surréalistes, les artistes de Montparnasse, les Américains de passage à Paris, le Tout-Paris de la mode, du spectacle et du cinéma.
Ses photographies de mode ont été publiées dans des magazines mondialement connus tels que Vanity Fair, Vogue (édition française) et Harper's Bazaar.
Si l'on connaît Man Ray pour ses séries de nus féminins (bien que deux nus d'hommes comptent parmi les œuvres exposées), on sait beaucoup moins qu'il a capturé des clichés de Paris-même. Un pan de son travail que les commissaires font ressortir au cours de l'exposition *(cf/crédit photos Palais Lumière)*

Kiki de Montparnasse

https://ville-evian.fr/fr/palais-lumiere

N'hésitez pas à vous arrêter à la Maison d'Expositions à Yzeron

Durant tout l'été, **l'Araire**, propose au sein de la Maison d'Expositions, des expositions permanentes et temporaires.

Actuellement et jusqu'au 29 octobre 2023 **« atmosphère paysanne »** : présentation de la vie dans les **Monts du lyonnais** des générations, pas si lointaines, qui vivaient du travail de la terre, leur mode de vie, leur habitat. Actuellement également :

« Mon savon » Peintre, photographe, **Janine Martin Prades** au travers de ses œuvres s'adressent à la mémoire et à l'histoire des savons de Marseille.

Hélène Pourra Anselmier, de l'Ecole Lyonnaise, née en 1835, et jusqu'au 23 juillet présentation de nombreuses créations réalisées autour d'Yzeron.
Consultez leur site pour connaître les nombreuses animations proposées pour petits et grands *(cf crédit photos l'Araire)*
Maison d'Expositions de l'Araire - 23 Rue de la Cascade - 69510 Yzeron.

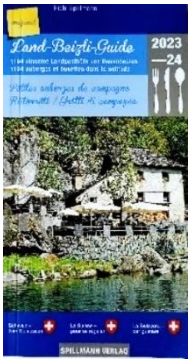
La Maison d'Expositions de L'Araire est ouverte de mi-avril à fin octobre, les dimanches et jours fériés de 14 h à 18 h. Plus de détails sur leur site https://araire.org/la-maison-d-exposition-d-yzeron/presentation-maison-yzeron

Rappel : il est encore temps de visiter les expositions dont nous avons parlé dans nos précédentes newsletters :

Exposition à la Sucrière à Lyon, l'exposition « Toutankhamon. À la découverte du Pharaon oublié » **PROLONGATION JUSQU'AU 13 AOUT 2023**
www.expo-toutankhamon.com

Un guide indispensable pour vos escapades en Suisse

11ème édition des petites auberges de campagne en Suisse :



L'équipe des **Editions Spillmann** œuvre depuis plus de 20 ans pour cette publication qui parait tous les 2 ans. Cet ouvrage de référence rassemble **les auberges les plus jolies et les plus isolées dans les plus beaux endroits de Suisse.**
Ces auberges vous proposeront leurs **spécialités culinaires à base de produits locaux et de saison,** les services de plats chauds offerts toute au long de la journée dans une atmosphère toute campagnarde. De plus, les **possibilités d'hébergement** sont proposées ainsi que des renseignements touristiques tels qu'une étendue d'eau à proximité, des bornes de recharge pour vélo électrique ou une aire de jeux pour enfants. De quoi satisfaire la faim, les loisirs et le repos après une balade bien vivifiante dans la campagne et les montagnes suisses.
www.landbeizli.ch

ACTUALITES

Ouverture du restaurant « Loiseau du Temps » à Besançon

Véritable trait d'union entre la Bourgogne et la Franche-Comté, « Loiseau du Temps », dont le nom évoque le savoir-faire horloger de Besançon (appelée la Cité du Temps), se situe au rez-de-chaussée du superbe édifice classé, appelé « Le Conservatoire ». Trônant place de la Révolution, et bordé par le Doubs, ce bâtiment fut successivement un ancien grenier à blé, une école d'horlogerie, et enfin le conservatoire régional.

Découvrez la carte de la cheffe, **Blanche Loiseau**, fille cadette de Dominique et Bernard Loiseau. Elle est tombée dans la marmite toute petite, et après des études de cuisine à **l'Institut Paul Bocuse,** elle enchaîne les expériences dans de grandes maisons françaises dont le groupe **Bernard Loiseau à la "Côte d'Or" à Saulieu**, auprès de **Patrick Bertron.**

Blanche Loiseau aime cette cuisine bistrotière et gourmande, focalisée sur le produit. Dans sa cuisine, elle célèbre et marie les **terroirs de Bourgogne et de Franche-Comté**, dont elle a sélectionné les meilleurs producteurs locaux. Pour construire sa carte, elle n'a pas hésité à piocher dans les recettes du terroir de son père. Comme ce "chou farci à la saucisse de Morteau" ou encore ce "bœuf bourguignon et crapiauds du Morvan". **Une cuisine gourmande**

Loiseau du Temps - Place de la révolution 25000 BESANCON - 03 81 48 64 05

https://www.bernard-loiseau.com/fr/loiseaudutemps.html
www.bernard-loiseau.com

On ne pouvait pas ne pas le lui souhaiter…

« Bon anniversaire Monsieur Guérard »

Le 27 mars dernier, **Monsieur Michel Guérard a fêté ses 90 ans**, dans son « fief » **d'Eugénie-les-Bains, dans les Landes,** et nous tenions à le lui souhaiter, très cordialement, car *nous le considérons comme étant le plus grand chef de sa génération (ndlr)*, lui qui a révolutionné la cuisine, **en l'allégeant**, et qui est une source d'inspiration pour plusieurs générations de cuisiniers.
En effet, il a été le précurseur et le premier grand chef étoilé à faire de la diététique sa ligne de cuisine **: la cuisine minceur** avec moins de sucre et de gras avec des préparations plus dépouillées mettant en valeur la saveur des produits.
Gardien de ce lieu sublime « les Prés d'Eugénie », sa chaleureuse présence quotidienne est importante et rassurante pour tous ses collaborateurs des Prés d'Eugénie

Découvrez leurs dernières actualités sur le site :
www.lespresdeugenie.com

Au programme de la station thermale d'Eugénie-les-Bains, entre autres, cet été : **festival d'art(s) du 29 juillet au 5 août**, capsules artisanes et intelligentes, antiquaires passionnés et **cours de dorure sur bois**, le temps d'une après-midi ou de quelques jours dans ce lieu apaisant *(Crédit photos Monique Haehl)*

www.tourisme-aire-eugenie.fr

Hommage au Chef lyonnais Pierre Orsi à la Mairie du 6ème

Pierre Orsi a été reçu, la veille de la fermeture de son restaurant, le 28 avril dernier, à la Mairie du 6ème, par le Maire, **Pascal Blache**, entourés de nombreuses personnalités, amis, et chefs venus l'applaudir.

Hervé Brun, Adjoint au Maire lui a rendu un vibrant hommage : de l'émotion certes mais sans tristesse puisque Pierre Orsi, continuera de travailler au quotidien, avec sa brigade de passionnés, dans sa brasserie **le Cazenove** au style raffiné **Belle Epoque**.

www.le-cazenove.com

AGENDA LES FESTIVALS

Jazz in Marciac 45ème festival - Du 20 juillet au 6 août 2023

45e anniversaire de Jazz in Marciac : une fête sous le signe de la liberté, joli mot qui définit parfaitement l'esprit de Marciac en général et celui de son festival en particulier.

Norah Jones / Ben Harper / Gilberto Gil / Joe Bonamassa / Cécile McLorin Salvant / Pat Metheny / Fatoumata Diawara / Gregory Porter / Selah Sue / Snarky Puppy / Samara Joy / Wynton Marsalis / Suzanne Vega / Thomas Dutronc / Anne Paceo / Brad Mehldau / Roberto Fonseca / Sixun / Sissoko-Segal-Parisien-Peirani ...

Ici, au cœur de l'été, bien à l'abri de l'air vicié et des ondes négatives, on prend toutes ses aises... On se promène où bon nous semble, certains que le regard en quête de beauté ne sera jamais déçu. On se permet une petite halte à la terrasse d'un bar ou au coin d'une ruelle pour dialoguer sur le concert de la veille, parce que tel est notre bon plaisir. Une autre envie ? On rejoint une galerie pour admirer l'œuvre d'un

peintre, d'un sculpteur ou d'un photographe. On s'installe sur la place pour jouir des délices sans cesse renouvelées du festival Bis. On décide de rendre à la cuisine gasconne le digne hommage qu'elle mérite. En début de soirée, suivant notre désir qui n'a cessé de croître tout au long de la journée, on se dirige vers le grand chapiteau pour faire provision de délicieux souvenirs. Liberté, avons-nous dit. Les artistes en sont le symbole. Ils ont pris celle d'inventer leur propre monde. Uniques par leurs créations mais unis par le talent, ils donnent le meilleur pour un public dont la ferveur est telle qu'on le croirait lui aussi sur scène... Pour que la fête soit complète, venez apporter votre propre note !

Découvrez tout le programme sur le site *(Cf / crédit photo Jazz in Marciac)*

www.jazzinmarciac.com

Et le 4 août, venez profiter d'un moment de jazz, au cœur du village circulaire de Fourcès !

Les Plus Beaux Villages de France®

Les musicales du Parc des Oiseaux du 28 août au 10 septembre

Depuis 2010, ils nous proposent une programmation éclectique mêlant scène française et internationale.

De **Renaud** à **Dadju**, la 14ème édition des Musicales du Parc va revisiter les 5 dernières décennies de la scène française ! depuis 2020

Du rock, du rap, de la variété, un concert-lecture : il y aura forcément un concert pour vous car jamais la programmation du festival n'aura été aussi éclectique.

La promesse de moments inoubliables dans un cadre magique où les artistes, le public, la musique et la nature sont en pleine harmonie.

http://musicales.parcdesoiseaux.com

Rendez-vous du 6 au 29 juillet pour le Festival Cuivres en Dombes

Avec **24 concerts au mois de juillet, dont 18 gratuits**, le festival **Cuivres en Dombes** vous invite à découvrir les cuivres et le territoire avec une programmation éclectique et accessible à tous**.** Toute la programmation sur le site :
www.cuivresendombes.org

Chers amis et internautes, à très vite, passez un bel été…et retrouvons-nous pour les actualités de la rentrée,

Très cordialement,

Monique et Frédéric Haehl

(Printemps dans l'Aude, crédit photos Monique Haehl)

Complétez vos informations touristiques et gastronomiques en consultant notre site :

www.swisspassions.com

Lettre d'information éditée par swisspassions.com

Pour ne plus recevoir cette lettre non commerciale, nous communiquer votre adresse mail avec pour objet « se désinscrire »