

@MasterChef

22

RECETTES
INÉDITES

RENCONTRES

Avec des chefs d'exception

VISITES

Moulins Paschetta,
Arizzi, Salvator,
L'olivette...

FOCUS

Les produits emblématiques
des Alpes de Haute-Provence

UN JOUR AVEC

Comtes de Provence
Perl'Amande, terre d'Oc
Fromagerie de Banon
Territoire de Provence
François Doucet
Distilleries et Domaines
de Provence, Maison Telme
La Boîte à Biscuits
Brasserie Cordoeil

VIGNOBLES

Visites des Domaines
et Coteaux de Pierrevert

ITINÉRAIRES

Les plus beaux itinéraires
de la route de la lavande
aux villages de caractère...

EXPOSITION

« L'Olivier, notre arbre »
au Musée Salagon

ALPES DE HAUTE-PROVENCE



HÉLÈNE
MAÎTRE LIQUORISTE

SÉBASTIEN
MAÎTRE CUEILLEUR

YVES
MAÎTRE DISTILLATEUR

LUCIE
MAÎTRE MACÉRATEUR

* 4 MAÎTRES, 1 SECRET *
LE PASTIS FAIT MAIN



NOUVEAU



DANS LA CONFIDENCE
SAISON 2

8 épisodes exclusifs à écouter
sur pastishenribardouin.com

et disponibles sur



Retrouvez nos quatre maîtres
en vidéo et podcast sur :
pastishenribardouin.com

**HENRI
BARDOUIN**

LE PASTIS GRAND CRU



L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION

ÉDITO

Pour son numéro de début d'année, MasterChef Magazine poursuit son Tour de France des départements et vous emmène dans les Alpes de la Haute-Provence, terre d'émotion, de saveurs et de senteurs aux paysages exceptionnels où l'histoire, la culture et la gastronomie célèbrent tout au long de l'année un véritable art de vivre.

Pour faire voyager vos papilles, nous sommes allés à la rencontre de quatorze chefs passionnés et talentueux qui nous ont dévoilé de savoureuses recettes sublimant les plus beaux produits du terroir ainsi que les noms de leurs meilleurs fournisseurs. Le département a le plaisir d'accueillir un nouveau chef au sein du Couvent des Minimes dont la réouverture est prévue courant 2023, Louis Gachet, sacré Meilleur Ouvrier de France Cuisine 2022.

Les Alpes de Haute-Provence peuvent s'enorgueillir de s'être vues attribuer pas moins de 11 AOP-AOC-IGP pour leurs produits d'exception dont la savoureuse huile d'olive de Haute-Provence, particulièrement fruitée, indissociable de la cuisine provençale. Dans le département la terre est généreuse et offre des produits d'excellence, authentiques et de caractère, transformés par des artisans de grands talents, agriculteurs, apiculteurs, fromagers, biscuitiers, confiseurs, conserveurs, oléiculteurs, liquoristes, brasseurs, vigneron... qui nous livrent leur histoire et les secrets de leur savoir-faire.

Loin des accueils standardisés, convivialité, authenticité et gourmandise sont au rendez-vous dans les Bistrot de Pays porteurs de tradition et d'avenir, adeptes des circuits courts et des saveurs régionales ; ils vous feront plonger dans la vie des villages.

Nous vous emmènerons dans la région de Manosque, si chère à Jean Giono, au cœur du vignoble de Pierrevet, encore méconnu, qui offre des vins d'une rare qualité grâce au savoir-faire de ses vigneron, à des sols d'une fertilité exceptionnelle et un climat idéalement ensoleillé.

Pour explorer ce territoire unique aux nombreux attraits, nous vous proposons neuf itinéraires exclusifs mettant en lumière ses richesses naturelles, culturelles, architecturales et gastronomiques. Au fil de vos visites, de la Vallée de la Durance aux massifs de l'Ubaye en passant par la Route des Lavandes et les Gorges du Verdon, vous découvrirez des villages de caractère, des paysages grandioses et des espaces naturels et protégés où il fait bon pratiquer des activités de plein air ou tout simplement respirer à plein poumons. Lors de ces escapades nous partagerons également avec vous nos adresses gourmandes.

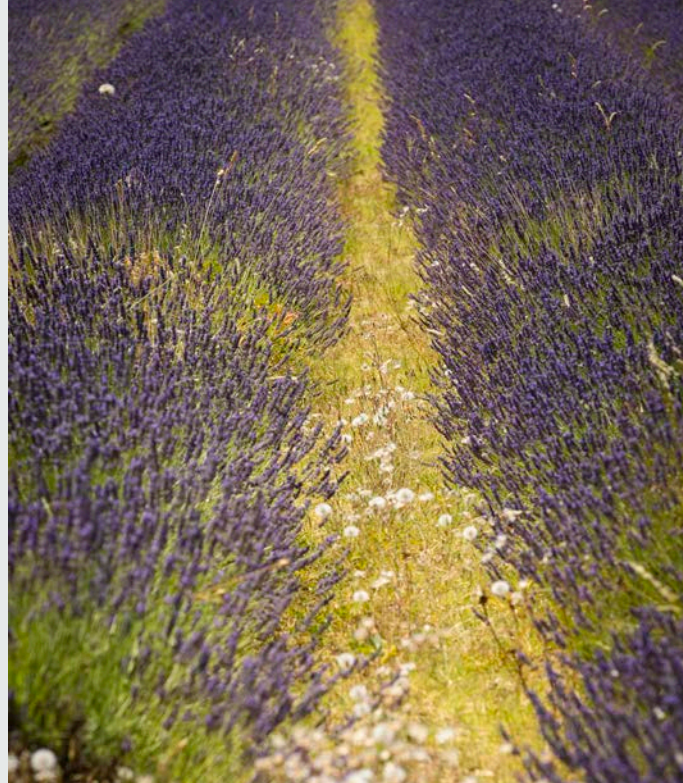
Et pour fêter la nouvelle année dans une ambiance typiquement provençale, découvrez nos recettes de cocktails à base des meilleurs produits locaux.

Toute l'équipe de la rédaction de MasterChef Magazine vous souhaite une excellente année gourmande 2023 !

Nous tenons à remercier Madame Eliane Barreille, la présidente du département. Nous remercions particulièrement toute l'équipe de l'Agence de Développement des Alpes de Haute-Provence pour leur accueil et pour nous avoir guidés dans le très riche patrimoine gastronomique et touristique du département.

Bonne lecture !

Toute l'équipe de MasterChef Magazine



SOMMAIRE

Entretiens

p.03 Avec Eliane Barreille, Présidente du Conseil départemental des Alpes de Haute-Provence

p.05 Denis Vogade, Président de l'Agence de Développement Économique et Touristique des Alpes de Haute-Provence

Découverte

p.06 Les Alpes de Haute-Provence, le mariage des Alpes et de la Provence

Rencontres gastronomiques

p.08 Avec quatorze chefs d'exception

Produits

p.38 Alpes de Haute-Provence, un terroir contrasté

Focus

p.46 L'huile d'olive, un produit unique

Histoire

p.48 L'olivier raconte l'histoire du monde

Visites

p.50 Prieuré de Salagon

p.54 Moulin Paschetta

p.56 Moulin Salvator

p.58 Moulin Arizzi

p.60 Moulin de l'Olivette

Focus

p.63 Musée de Préhistoire

Visites

p.64 Comtes de Provence

p.68 Perl'Amande

Focus

p.70 Le Fromage de Banon, tout un art !

Rencontres

p.72 Bienvenue à la Ferme

p.74 Domaine Bouteille

p.76 La poire Sarreau

Vignobles

p.78 Le vignoble de Pierrevert

p.86 Domaine la Blaque

p.90 Petra Viridis

p.94 Château de Rousset

p.98 Domaine des Bergeries de Haute-Provence

Itinéraires

p.106 Villages et Cités de caractère

p.110 La route de la lavande

p.114 La route des saveurs et des senteurs

p.118 Le Parc naturel régional du Verdon

p.120 La route des lacs

p.122 Durance Luberon Verdon

p.126 Provence Alpes Digne-les-Bains

p.130 Sisteron Büech

p.134 La Vallée de l'Ubaye

Focus

p.138 Centre d'Astronomie de Saint-Michel l'Observatoire

p.139 Thermes de Gréoux-les-Bains

Coup de coeur

p.140 Nos bonnes adresses

Visites

p.144 Territoire de Provence

p.150 terre d'Oc

p.154 François Doucet

p.158 Maison Telme

p.160 La Boîte à Biscuits

Cocktails

p.164 Made in Alpes de Haute-Provence

Visites

p.170 Distilleries et Domaines de Provence

p.176 Brasserie Cordoail

Focus

p.180 Bistrots de Pays

Formation

p.182 École Hôtelière de Sisteron

Escale

p.184 Bastide Saint-Georges

Calendrier

p.186 Marchés et événements

Portrait

p.188 Sylvie Durbet-Giono, fille de Jean Giono

ELIANE BARREILLE

“Les Alpes de Haute-Provence, terres de plaisirs !”

À bien des égards, les Alpes de Haute-Provence sont un véritable paradis sur terre. Jouissant d'un ciel bleu et d'un ensoleillement que nous envient bien d'autres territoires, mais aussi de paysages somptueux forgés par le mariage de la terre, de la roche et de l'eau, notre département est un ravissement pour les yeux. Situé au carrefour entre la Provence et les Alpes, son terroir se nourrit d'une incroyable diversité de saveurs et de senteurs.

Car oui, les Alpes de Haute-Provence sont une terre d'agriculture, mais plus encore, une terre où croît l'excellence ! De la fourche à la fourchette, nos producteurs cultivent avec amour et brio le plaisir des sens. Cela s'est d'ailleurs confirmé en 2022, lors du Concours Général Agricole du Salon International de l'Agriculture, à l'occasion duquel nos agricultrices et nos agriculteurs se sont vu remettre pas moins de 35 médailles.

Les hédonistes ne s'étonneront donc pas des récompenses reçues par nos plus éminents viticulteurs. En effet, les Alpes de Haute-Provence sont riches de nombreux cépages qui expriment, chacun à leur manière, le savoir-faire de celles et ceux qui cultivent le fruit de la vigne. La Cave des Vignerons de Pierrevert, le Domaine de Régusse ou encore le Château Saint-Jean sont autant de domaines viticoles dont les noms bien connus ont très largement contribué à la réputation de notre département.

Chaque année, près de quatorze millions de nuitées sont réservées dans les Alpes de Haute-Provence. Les nombreux touristes qui viennent découvrir nos territoires et leurs délices peuvent témoigner des saveurs incomparables des fruits et des légumes qui débordent des étals de nos marchés. De la douceur de notre climat et du savoir-faire remarquable de nos maraîchers naissent en effet des produits exceptionnels : pommes, tomates, huiles d'olive, châtaignes, petit épeautre de Haute-Provence... Nos éleveurs ne sont pas en reste, comme en témoigne la réputation des fromages de Banon et de la Coopérative laitière de l'Ubaye, mais aussi nos célèbres agneaux de Sisteron. Tous ces produits, et bien d'autres encore, forment le socle d'une gastronomie unique, magnifiée par des chefs dont le talent confine à la virtuosité, comme Pierre Grein et Jany Gleize.



© Remy Corin

Eliane Barreille, Présidente du Conseil départemental des Alpes de Haute-Provence

Il est bien entendu impossible d'évoquer notre terroir sans mentionner ses douceurs, qui ravissent les papilles de tous les gourmands. Nos miels de Provence et nos amandes de Valensole, notamment, sont réputés pour la subtilité et le raffinement de leurs arômes, qui ont sublimé les recettes de gourmets de renom, tels les confiseurs et chocolatiers Manon et François Doucet.

Terre de saveurs, les Alpes de Haute-Provence n'en sont pas moins une terre de senteurs. En ce domaine, nulle image ne saurait mieux représenter notre territoire que celle des champs de lavande et de lavandin du plateau de Valensole, qui attirent chaque été d'innombrables visiteurs désireux d'admirer leur couleur unique et de profiter de leur parfum entêtant. Cependant, si la lavande est l'un des piliers de l'identité de notre département, celui-ci n'en est pas moins riche d'un véritable univers de senteurs, composé de thym et d'herbes de Provence, qui évoquent inmanquablement la douceur ensoleillée d'un territoire où il fait bon vivre.

Vous l'aurez compris, les Alpes de Haute-Provence sont irrésistibles, comme l'affirme notre slogan. Que ce soit par son terroir d'exception et ses senteurs uniques ou par ses paysages et son climat stupéfiants, elles sont une terre de plaisirs simples et authentiques dont la découverte ne peut que ravir tous les amateurs de belles et de bonnes choses !



C2H COMMUNICATION
67 rue Saint-Jacques
75005 Paris

DIRECTRICE DE LA PUBLICATION
Aurélie Hallereau
c2hcommunication@gmail.com

DIRECTEUR DE LA RÉDACTION
Philippe Heullant
philippe.heullant@wanadoo.fr

RÉDACTRICE EN CHEF
Aurélie Hallereau
c2hcommunication@gmail.com

RÉDACTRICE EN CHEF ADJOINTE GASTRONOMIE
Sylvie Heullant
sylvie.heullant@wanadoo.fr

ONT PARTICIPÉ
Dorothee Blancheton
Julie Dallemagne
Valérie Donchez
Tatiana Geiselmann
Luc Saint-Elie
Camille Sanchez
Philippe Sérénon

PHOTOGRAPHIES ET PHOTO DE COUVERTURE
Rémy Cortin
© Shutterstock

PUBLICITÉ
Tel : 06 72 28 75 52

PRIX DU NUMÉRO
FRANCE 5 € TTC
ABONNEMENT
6 NUMÉROS 25 € TTC

IMPRIMEUR
Diamant Graphic
Groupe Prenant
France

DÉPÔT LÉGAL
À parution
RCS PARIS 819 567 181
ISSN 2269-8884

© EndemolShine
Production

EndemolShine Production



DENIS VOGADE

“ Nous profitons
d’un terroir riche
en saveurs
et senteurs ”

Comment est née l’Agence de Développement Économique et Touristique des Alpes de Haute-Provence ?

L’Agence de Développement Économique et Touristique des Alpes de Haute-Provence est née de la volonté du conseil départemental et des chefs d’entreprises au travers de leur CCIT, de créer une entité qui s’occuperait exclusivement de l’attractivité du territoire, notamment en termes d’économie et de tourisme. Nous avons un fort potentiel touristique dans les Alpes de Haute-Provence avec plusieurs « Tour Eiffel » situées dans les quatre coins du département : dans la Vallée de l’Ubaye, les Gorges du Verdon, à Banon, Sisteron... Côté économie, le potentiel du département est tout aussi fort. Nous avons de nombreuses pépites, des PME et PMI, qui travaillent dans des filières d’excellence telles que les filières saveur et senteurs... En amont du très bon travail des Offices de Tourisme, notre Agence se veut une instance au service à la fois de l’acte politique et économique. Notre but est de faire briller le département, de mettre en avant ses atouts. La région et le département nous donnent une ligne de conduite et nous appliquons la stratégie.

Quels sont les points forts du département des Alpes de Haute-Provence ?

Pendant longtemps, le département a subi la concurrence des territoires côtiers comme les Alpes-Maritimes, le Var voire même les Bouches-du-Rhône... Avec l’évolution des mentalités et une actualité sanitaire toujours pregnante, la population s’est rendue compte que les territoires de l’arrière-pays gagnaient à être connus, parce que moins fréquentés et plus authentiques. Ici, la nature est préservée et spectaculaire. Pour les amoureux de la nature, de la montagne, du sport, du thermalisme, de la gastronomie... Les Alpes de Haute-Provence cochent toutes les cases ! Porte d’entrée des Gorges de Verdon, nous avons réussi à construire des projets avant-gardistes et même uniques avec la marque Intense Verdon qui a pour ambition et pari de développer durablement un des plus grands espaces de la région Sud. L’exceptionnel territoire des Alpes de Haute-Provence offre de nombreux produits du terroir, des produits uniques et d’une grande qualité. Nous avons l’olive, la pomme,



© Hémy Cortin

Denis Vogade, Président de l’Agence de Développement Économique et Touristique des Alpes de Haute-Provence

les agneaux, de nombreuses plantes à parfum dont notre très réputée lavande. Nous profitons d’un terroir de culture agricole fort ! Et évidemment, comme dans toute notion de filière, des entreprises se sont créées autour de ces productions naturelles. Nous avons deux filières importantes autour des saveurs et des senteurs. Il ne faut pas oublier non plus que la success story de l’Occitane a permis de faire connaître La Provence dans le monde entier, avec une image très positive. De nombreuses entreprises de notre territoire se sont glissées dans le sillage de ce vaisseau amiral !

Quels sont les enjeux pour l’avenir ?

L’enjeu de notre territoire pour les années à venir est de faire en sorte de le rendre attractif sur les quatre saisons et éviter qu’il ne soit saturé l’été. Pour cela, nous devons accueillir les touristes dans nos hôtels et nos restaurants, même hors saison. Hors tourisme, si on se penche sur le volet professionnel, nous avons beaucoup d’atouts pour les futurs arrivants : une réserve foncière importante, une gare TGV à trois quarts d’heure, un aéroport à une heure... Nous sommes en quelque sorte la banlieue de Marseille ! Et puis, nous sommes une terre d’accueil raisonnable par rapport aux prix pratiqués dans les départements limitrophes. Se retrouver à une heure et demi de la mer et de la montagne, dans des conditions idylliques... C’est aussi cela, les IRRÉSISTIBLES Alpes de Haute-Provence.

LES ALPES DE HAUTE-PROVENCE LE MARIAGE DES ALPES ET DE LA PROVENCE

Par Tatiana Geiselmann

Des sommets alpins verdoyants, des champs de lavande aux senteurs irremplaçables, d'immenses lacs à l'eau bleu turquoise. Situées au sud-est de la France, les Alpes de Haute-Provence sont une destination de vacances idyllique pour les amoureux de pleine nature. Bordé au nord par les aiguilles rocheuses du Parc national des Ecrins, à l'ouest par les forêts de chênes et la garrigue du Parc naturel régional du Luberon, à l'est par les mythiques sommets du Parc national du Mercantour, et au sud par le Parc naturel régional du Verdon et ses célèbrissimes gorges, le département conjugue le meilleur de la Provence et de la montagne. Ici les paysages d'alpage aux lacs étincelants côtoient les champs d'oliviers et de lavande, le fromage de chèvre s'accommode de miel de pays, les cités thermales côtoient les citadelles moyenâgeuses, le tout sous un ensoleillement exceptionnel de 300 jours par an.

L'OR BLEU ET L'OR MAUVE

Quiconque se rend dans les Alpes de Haute-Provence visitera obligatoirement les Gorges du Verdon. Somptueux canyon sculpté par la rivière éponyme, les gorges constituent toute l'année un spectacle grandiose. Les falaises de calcaire blanc plongent à pic dans une eau émeraude, sorte de montagne à l'envers qui offre un terrain de jeu sans pareil pour les amoureux d'escalade et de sports d'eau vive. Canyoning, canoë, baignade, toutes les activités y sont possibles. Tout autour, des lacs aux eaux plus limpides les uns que les autres rivalisent de beauté pour attirer les touristes. Le plus célèbre est sans doute le lac de Sainte-Croix-du-Verdon,

avec son eau couleur azur et ses berges aménagées, un site incontournable pour se rafraîchir durant l'été. En bordure nord du département, vous découvrirez également l'immense lac de Serre-Ponçon, plus grand lac artificiel de France. A l'est, le sublime lac d'Allos qui lui est le plus grand lac naturel de montagne d'Europe. Les superlatifs ne manquent pas pour qualifier ces bijoux de la nature. Entre ces belles étendues d'eau bleue, les Alpes de Haute-Provence sont également jalonnées de mauve, la couleur de la lavande. Réel emblème du sud de la France, la petite fleur odorante a fortement marqué les paysages du département. D'abord exploitée à l'état sauvage, la « lavande vraie », dite aussi « lavande fine » est aujourd'hui cultivée et récoltée durant les mois d'été pour produire une huile essentielle de grande qualité, bénéficiant d'une AOP. Pour en prendre plein la vue (et le nez), il faut se rendre sur le plateau de Valensole, la plus grande zone de France dédiée à la culture de cet or provençal, 800 km² de sillons aux nuances pourpres. Durant la période de floraison, de mi-juin à mi-juillet, les champs qui s'étendent à perte de vue sont une explosion de couleurs et de senteurs. Un parfum de vacances et de soleil.

FROMAGES D'ALPAGE, HERBES DE PROVENCE

Autre parfum de la Provence : le fromage de chèvre, et notamment le fameux Banon, délicat fromage à pâte molle, enveloppé dans une feuille de châtaignier. À déguster sur une tranche de pain de campagne tout juste grillée ou en accompagnement d'artichauts poivrés. Sur les hauteurs, raclettes et fondues garnissent les cartes des restaurants d'altitude, sous l'influence de la Savoie voisine. Les différentes tomes de montagne se retrouvent aussi dans les tourtons, une spécialité du bassin haut-alpin : un dodu



beignet en forme de coussinet, garni de fromage et de pomme de terre, souvent servi avec un bol de salade verte. Pour rester fidèle aux traditions locales, on le trempe, juste avant de croquer dedans, dans de la gelée de groseille ou du miel. Un côté sucré-salé qui fait ressortir le goût du fromage. Côté viande, comment ne pas mentionner l'agneau de Sisteron, aussi appelé agneau César, issu de races rustiques locales broutant dans les alpages. Sa viande claire est d'une tendreté exceptionnelle et se retrouve à la table des plus grands chefs, comme celle d'Alain Ducasse, qui aime à la préparer à l'estouffade, avec quelques olives noires et de l'écorce d'orange séchée. Globalement, dans les Alpes de Haute-Provence la viande a la part belle : sanglier, chevreuil et agneau alimentent toutes sortes de civets, particulièrement prisés lors des repas des fêtes de fin d'année. Les amateurs d'abats se régaleront quant à eux de pieds et paquets, servis à la mode provençale. En été, l'influence marseillaise se retrouve dans la soupe au pistou, la ratatouille ou encore les croutons de pain frottés à l'ail qui agrémentent les salades de pissenlits arrosés d'huile d'olive vierge extra. Les herbes de Provence s'utilisent bien sûr à toutes les sauces. Enfin pour les becs sucrés, une dégustation de miel s'impose : miel de lavande, dont les Alpes de Haute-Provence sont le premier producteur mondial, avec sa texture onctueuse et son goût si délicat, mais aussi miels de forêt, de montagne et de toutes fleurs, proposés sur les étals des marchés de villages.

VILLES ET VILLAGES DE PROVENCE

Les hameaux de Haute-Provence sont justement l'autre richesse du département. Nichés dans des écrans de verdure ou suspendus à la colline, ils ont su garder leur charme d'antan, avec leurs ruelles pavées, leurs maisons aux façades jaunes, leurs placettes

et leurs fontaines. Ici, le temps semble comme suspendu. C'est notamment le cas à Forcalquier, où règne une douceur de vivre sans pareille, qui appelle à la flânerie au milieu des vieilles pierres des anciennes fortifications de la ville. Non loin de là, Manosque, cité millénaire restaurée avec soin, invite elle aussi à prendre son temps. Ville de naissance de Jean Giono, vous pourrez notamment y suivre les traces d'Angelo Pardi, le héros du roman « Le hussard sur le toit » écrit par l'auteur manosquin. Pour un plongeon dans l'histoire, rendez-vous à Sisteron, un des trésors des Alpes de Haute-Provence. Perché sur un éperon rocheux de grès blond et de calcaire gris, ce lieu stratégique était un passage obligé entre la Provence et le Dauphiné. En témoigne encore sa splendide citadelle, qui offre un panorama à 360 degrés sur la campagne alentour. Pour profiter de la quiétude des villages alpins, ne manquez pas Barcelonnette, petite ville de montagne à deux pas de l'Italie, au cœur de la vallée de l'Ubaye. En fonction des saisons, la station offre deux visages très différents. En été, ses allures verdoyantes sont parfaites pour partir randonner en montagne. En hiver, le bourg se transforme en haut lieu de ski. Laissez-vous aussi surprendre par ses villas mexicaines, construites à la fin du XIX^e siècle par deux marchands ayant fait fortune au Mexique grâce au textile. Chacune d'entre elles possède un charme unique : couleur flamboyante, architecture originale, taille démesurée, de quoi donner un attrait tout particulier au village. Lors du mois d'août, des fêtes latino-mexicaines envahissent les rues, à renfort de concerts, parades et mariachi. Enfin, dernière halte incontournable : Digne-les-Bains, la capitale du département, un lieu parfait pour se ressourcer dans cette ville thermale, berceau des Unesco Géoparcs. Un point de départ idéal pour toutes sortes d'activités outdoor.



*« La vie de l'homme est une chasse au bonheur.
Parmi ces bonheurs, l'exercice de la gourmandise est l'un des plus importants.
Un pays vaut surtout par les joies qu'il procure à ses habitants et à ceux qui
le visitent. La gastronomie, c'est-à-dire l'art qui satisfait la gourmandise,
représente un pays au même titre que les autres arts. La cuisine fait connaître
le paysage. Le paysage sert à comprendre la cuisine. »*

Jean Giono

LES ALPES DE HAUTE-PROVENCE TERRE DE SAVEURS

Bien que montagneuses, les Alpes de Haute-Provence ont été au fil de l'histoire une grande terre de colportage, de migration, de transhumance et ont su cultiver le respect d'une cuisine traditionnelle réalisée à partir de produits locaux de grande qualité, bien souvent bio. Des plaines de la Durance aux montagnes de l'Ubaye, sans oublier les gorges du Verdon et les collines du Pays de Forcalquier, nous sommes allés à la rencontre des chefs, femmes et hommes de talent, qui s'emploient à magnifier les produits d'exception du terroir pour titiller nos papilles : agneau de Sisteron, truffe, fromage de Banon, huile d'olive de Haute-Provence, herbes de Provence, safran, petit épeautre, miel de Provence... À travers des recettes traditionnelles, des classiques revisités avec modernité ou encore des créations qui font souffler un vent de nouveauté sur le département, ces cuisiniers inspirés et passionnés nous offrent une balade gustative inoubliable au cœur d'un territoire haut en saveurs !

Dossier réalisé par Sylvie Heullant - Photos : Rémy Cortin

LA BONNE ÉTAPE*

CHEF JANY GLEIZE

Depuis quatre générations, la famille Gleize accueille voyageurs et gastronomes dans cet ancien relais de poste du XVIII^e siècle, situé sur la célèbre route Napoléon. La Bonne Étape n'est pas qu'une simple escale gourmande de charme, le chef étoilé Jany Gleize vous propose un véritable voyage gustatif au cœur des saveurs provençales : soupe d'épeautre, filet d'agneau de Sisteron en croûte d'herbes, fleurs de courgettes farcies sauce « Pomme d'Amour » et caviar d'aubergines, crème glacée au miel de lavande dans sa ruche... Une véritable ode à la Haute-Provence !

Bien avant d'être à la tête de la maison familiale et d'être sollicité en juillet 1989 par le Président François Mitterrand pour composer le dîner d'une centaine de Chefs d'Etat à l'occasion du bicentenaire de la Révolution Française, Jany Gleize a connu une vocation précoce et un parcours formateur. Avec un grand-père maternel agriculteur, un grand-père paternel pâtissier dans les palaces avant la Grande Guerre, une grand-mère maternelle derrière les fourneaux du Bistrot Gaby (connu autrefois sous le nom du Goût du Jour), un père confiseur à Apt puis pâtissier et cuisinier à la Bonne Étape et une maman au service, on peut dire que Jany Gleize est tombé tout petit dans la marmite. Au retour de l'école, Jany se précipitait dans les cuisines du restaurant, un endroit ô combien magique pour un enfant ! Après son bac, le jeune homme part faire son apprentissage à Antibes chez Jo Rostang à La Bonne Auberge. Il poursuit sa formation sur le terrain et fait le tour des grandes maisons : Pierre et Jean Troisgros à Roanne en 1976, puis Alain Chapel à Mionnay de 1977 à 1978, et Michel Guérard en 1979. En 1980, il fait un passage au « Connaught Hotel » à Londres mais cette fois-ci de l'autre côté de la barrière, en tant que serveur. En 1981, il revient à Château-Arnoux pour reprendre peu à peu le flambeau de l'établissement familial, étoilé depuis 1964 et Relais & Châteaux depuis 1972, tant aux commandes des cuisines que de l'hôtel. À la Bonne Étape, l'accent de l'enfant du pays se sent dans les assiettes. Amoureux des richesses de son terroir, il réinvente la tradition provençale. À travers sa cuisine haute en saveurs, à la fois raffinée et authentique, il raconte son histoire et celle de cette nature généreuse aux accents de garrigue, fleurant bon la sarriette, le thym, le romarin... Ses sources d'inspiration ? Les recettes de sa grand-mère Gabrielle, les produits de saison gorgés de soleil et de parfums des petits producteurs locaux et son potager bio, baptisé « Jean Rey » en hommage à son grand-père, d'où provient une partie des légumes, herbes aromatiques, fleurs comestibles qui se retrouvent dans ses assiettes gourmandes, joliment dressées qui vont à l'essentiel, où tout superflu est banni. Jany Gleize n'a jamais prêté l'oreille aux briseurs de rêves qui se plaignent de ce métier difficile, à 65 ans il a toujours autant de plaisir à cuisiner, à être entouré de son équipe. Sa fille Jane l'a rejoint derrière les pianos il y a maintenant quatre ans. La transmission s'effectue en douceur, petit à petit. Passée par l'école hôtelière de Sisteron et les cuisines de chefs étoilés, Eric Sapet à la Petite Maison de Cucuron, Christophe Cussac au Métropole Monte-Carlo, Bernard Loiseau, Alain Roux au Waterside Inn au Royaume-Uni, elle amène ses propres idées et créations. Un joli duo père-fille pour jouer des partitions qui sauront, sans nul doute, séduire vos papilles !



LES BONNES ADRESSES DU CHEF

Agneau : Giraud Viandes à Sisteron - www.boucherie-giraud.fr

Miel de lavande : Sylvain Blanc au Brusquet

Yaourt : Gaec du Buissonnet à Selonnet

Huile d'olive : Moulin Fortuné Arizzi et Domaine Salvator aux Mées
www.moulinarizzi.com et <https://domainesalvator.fr/>

LES MENUS

Menu Saveurs Végétales en 3 services : 75 € ou en 7 services : 115 €

Menu Mer ou Garrigue en 3 services : 95 €

Menu Jarlandin en 7 services : 155 €

Hôtel La Bonne Étape 4*

Chemin du Lac, 04160 Château-Arnoux-Saint-Auban

Tél. : 04 92 64 00 09 - www.bonneetape.com

FLEURS DE COURGETTES FARCIES, SAUCE «POMME D'AMOUR» ET CAVIAR D'AUBERGINES



Ingédients pour 6 personnes :

18 belles fleurs de courgettes • 25 cl de bouillon de volaille ou de pot-au-feu • 2 c à s d'huile d'olive • **Pour la farce** : 3 courgettes moyennes • 2 petites gousses d'ail hachées • 6 brins de menthe hachés • 24 feuilles de persil hachées • 1 poignée de chapelure • 1 œuf battu • 2 c à s d'huile d'olive • **Pour la sauce « pomme d'amour »** : 500 g de tomates fermes mais mûres • 12 cl d'huile d'olive • 1 gousse d'ail écrasée • 1 citron pelé à vif taillé en petits cubes • 10 g de graines de coriandre écrasées • 1 c à s de basilic haché • 1 c à s de cerfeuil haché • 1 c à s de persil haché • Sel, poivre • **Pour le caviar d'aubergines** : 600 g d'aubergines (qui donneront 200 g de chair séchée) • 10 cl d'huile d'olive • 2 petites tomates • 1 anchois dessalé • 2 gousses d'ail suées à l'huile d'olive • 1 échalote • 10 g de basilic • 5 olives noires dénoyautées • Sel, poivre.

Préparation : 2 h / Cuisson : 5 h

Pour la sauce « pomme d'amour » (à préparer la veille) : Émonder, épépiner et couper les tomates en petits cubes. Saler et poivrer, ajouter le citron, les herbes hachées (basilic, cerfeuil, persil), la coriandre et l'ail. Bien remuer. Ajouter l'huile d'olive. Laisser mûrir cette sauce dans un endroit tiède jusqu'au moment de l'emploi. **Pour le caviar d'aubergines (à préparer la veille)** : Préchauffer le four à 100°C. Piquer les aubergines propres d'une douzaine de coups de fourchette. Les enduire d'huile d'olive. Couvrir de papier d'aluminium. Les cuire dans un four à 100°C pendant 5 h. Les sortir et les laisser reposer. Enlever le pédoncule et les mixer. Les faire dessécher pendant 10 à 15 min à feu doux dans une casserole en remuant souvent. Cette purée doit peser 200 g environ. Peler, épépiner les tomates. Mixer tous les ingrédients : tomates, aubergines, basilic, olives, anchois, échalote et ail. Verser l'huile d'olive en filet à la fin. Réserver dans un récipient couvert au réfrigérateur. **Pour la farce (à préparer la veille)** : Couper les deux extrémités des courgettes. Les tronçonner en morceaux de deux doigts d'épaisseur et les hacher finement au robot. Laisser ce hachis s'égoutter dans un linge pendant 5 min en le pressant pour enlever l'eau. Chauffer un plat à sauter, y verser 2 c à s d'huile d'olive puis l'ail haché. Cuire l'ail 3 min sans coloration. Augmenter le feu au maximum. Ajouter le hachis de courgettes, cuire en remuant avec une spatule en bois pendant 5 min. Retirer du feu, saler, poivrer, laisser refroidir. Ajouter les herbes hachées, la chapelure, l'œuf battu. Rectifier l'assaisonnement. **Pour les fleurs de courgettes (à préparer le jour même)** : Après avoir épousseté les fleurs avec un pinceau, retirer le pistil intérieur sans briser la corolle (avec une pince si vos doigts n'ont pas la taille requise pour cette manipulation) puis enlever les sépales velus. Emplir de farce une poche munie d'une douille ronde. Remplir les fleurs à l'aide de la poche tenue d'une main, la fleur ouverte dans l'autre main. Ranger les fleurs dans un plat à gratin huilé, côte à côte, puis verser le bouillon et 2 c à s d'huile. Couvrir de papier d'aluminium, puis faire cuire à four moyen (environ 160 °C) pendant 10 min. Disposer dans une assiette.



Accord mets-vin
Via Domitia 2021
Domaine des Bergeries
de Haute-Provence
Vin élevé en amphore



LA TABLE DE PAULINE VILLA BORGHÈSE

CHEF FRANCK PUJOL

Au sein de la station thermale de Gréoux-Les-Bains, le restaurant de la Villa Borghèse labellisé Maître Restaurateur et membre de l'association Haute-Provence Gourmande propose une belle halte gastronomique, aux saveurs subtiles du terroir, orchestrée par le chef Franck Pujol.

« Quand je serai grand je serai cuisinier » déclara du haut de ses 12 ans le petit Franck. Il faut dire qu'avec un papa facteur à Saint-Malo qui, une fois sa tournée terminée, se livrait à sa passion de la cuisine pour régaler sa famille, il est aisé de deviner d'où vient la vocation précoce du garçonnet. Il lui faudra cependant attendre l'âge de 15 ans pour que son rêve se réalise, lorsque son père lui trouve son premier apprentissage en cuisine chez M. Delaunay, une relation de travail, qui lui permet d'apprendre les bases du métier. Il continuera son apprentissage au Chalut, aux côtés d'un chef formé aux grandes maisons et qui ambitionne l'étoile. Si les journées sont souvent très dures, elles sont néanmoins formatrices et lui permettent de découvrir une cuisine gastronomique moderne. Souhaitant compléter son bagage, il se forme à la pâtisserie au restaurant Le Palais à Rennes. Après un passage au Mess des Officiers où il effectue ses obligations militaires, il fait ses premières expériences en restaurants étoilés : les Maisons de Bricourt auprès d'Olivier Roellinger qui influencera sa cuisine plus tard et au Pré d'Eugénie chez Michel Guérard. Puis cap au sud à l'Hostellerie de Crillon le Brave, Relais & Châteaux, avant une incursion au Luxembourg au restaurant gastronomique Digne des Gourmets. Il pose ensuite ses valises en 2003 au Château de Mazan dans le Vaucluse où il restera jusqu'en 2012 occupant successivement les places de pâtissier, second et chef de cuisine et sera récompensé par une Assiette Michelin. En 2013, il sort son livre de cuisine « De la Terre à l'Assiette » où il donne libre cours à sa créativité et rejoint les Disciples d'Escoffier. Sollicité pour l'ouverture du Château Saint Pierre de Serjac dans le Languedoc, il met en place toute la restauration avant de partir pour Aix-en-Provence prendre les rênes des cuisines du Mas d'Entremont. En 2020, quand il arrive à la Villa Borghèse, c'est un nouveau challenge qui s'offre à lui dans cet établissement qui accueille une importante clientèle de curistes et d'amateurs de remise en forme. En effet, en saison il passe sur des services de 80 à 100 couverts mais sans pour autant mettre de côté l'exigence de qualité acquise dans son parcours. Partant sur des bases classiques pour les amener dans la modernité, il aime travailler les produits, aussi bien de la mer que de la terre, que l'on ne trouve pas sur toutes les tables comme l'aile de raie, le pigeon, les escargots ou encore les cuisses de grenouille, et mêler les saveurs d'ici et d'ailleurs, associant gibier ou poisson et cacao par exemple. Il joue sans en abuser des contrastes chaud-froid, sucré-salé. Sa cuisine gourmande privilégie les produits de saison de grande qualité fournis en priorité par les producteurs de la région. Sa phrase préférée « Donner du plaisir » prend tout son sens dans ses élégantes assiettes que l'on commence par dévorer des yeux avant de surprendre et régaler nos papilles.



LES BONNES ADRESSES DU CHEF

Viande : Boucherie Giraud à Sisteron www.boucherie-giraud.fr

Fromage de chèvre : Société fromagère de Provence à Banon

Fruits et légumes : O Saveurs à Allemagne-en-Provence

LES MENUS

Menu gourmand : 38 €

Délices en Provence : 50 €

À la carte : 56 €

Hôtel Villa Borghèse 4*

Avenue des Thermes, 04800 Gréoux-Les-Bains

Tél. : 04 92 78 00 91 - www.hotel-villaborghese.com

MARBRÉ DE QUEUE DE BŒUF ET CHÈVRE FRAIS DE BANON



Ingrédients pour 4 personnes :

500 g de queue de bœuf • 320 g de fromage de chèvre de Banon • 10 cl de vin blanc Domaine La Blaque
• 2 carottes • 2 oignons • 1 tête d'ail • 1 branche de thym • 100 g de cornichons • 1 botte de ciboulette
• 250 cl de vin rouge Domaine La Blaque • 2 échalotes • 100 g de topinambours • 300 g de panais
• 25 cl de crème liquide • 15 cl de lait • 25 cl d'huile de friture.

Préparation : 1 h / Cuisson : 3 h

Faire colorer les tronçons de queue de bœuf dans l'huile d'olive chaude, incorporer les carottes, le thym, les oignons et l'ail taillés grossièrement au préalable. Déglacer au vin blanc et réduire de moitié. Mouiller à hauteur à l'eau et laisser cuire jusqu'à ce que la viande se détache facilement des os. En parallèle, faire réduire le vin rouge de telle façon qu'il devienne sirupeux et nappant. Éplucher les panais, les émincer finement et mettre à cuire dans le lait et la crème. Puis égoutter et mixer pour obtenir une purée lisse et épaisse. Réserver. Décanter la viande et l'émietter. Assaisonner et additionner d'un peu de jus de cuisson. Réduire le bouillon de cuisson de la queue de bœuf. Assaisonner le fromage de chèvre frais. Le diviser deux tiers/un tiers. Dans un moule, intercaler la viande et les deux tiers du fromage de façon régulière et réserver au frais. Éplucher les topinambours, les tailler à la mandoline très finement et les passer à la friture jusqu'à obtention de chips.



Accord mets-vin
Domaine La Blaque
Rouge - 1996

VILLA MORELIA

CHEF RICHARD SMACHE

C'est au cœur d'un parc arboré centenaire situé aux portes du Parc National du Mercantour, tout près des stations de ski et à quelques minutes de Barcelonnette, que se niche la Villa Morelia, une élégante demeure bâtie en 1900 offrant une époustouflante vue à 360° sur la chaîne de montagne des Alpes. C'est dans le cadre unique et historique de cette « villa mexicaine » pleine de charme que le chef globe-trotteur Richard Smache a choisi de poser son tablier pour sublimer les plus beaux produits des Alpes de Haute-Provence.

Ce Normand a 25 ans de voyages et de découvertes gastronomiques à son actif. Nourri des différentes techniques et produits des pays où il a séjourné, son univers culinaire, même s'il est agrémenté d'un soupçon de saveurs venues d'ailleurs, est bien ancré dans le terroir local. De formation scientifique, Richard se passionne d'abord pour l'événementiel organisant des salons pour le milieu de la Haute Couture. C'est dans le cadre d'un poste de directeur au Cloître Saint-Louis à Avignon qu'il découvre l'univers de la gastronomie qui n'est pas sans lui rappeler les formules et assemblages des sciences. Parti pour 15 jours découvrir le Canada, après une année sabbatique à New-York, il y restera finalement 10 ans. C'est au Québec à l'Institut de Tourisme et d'Hôtellerie qu'il se forme à sa nouvelle passion. Diplôme en poche, il ne tarde pas à devenir une référence de la restauration à Montréal. Il y ouvre quatre restaurants où il pratique une cuisine fusion nourrie de ses voyages, dont le Nagra qui par son emplacement entre deux théâtres est fréquenté par les plus grandes stars qui ne tardent pas à faire la renommée de l'établissement. Rentré en France pour la naissance de ses jumeaux, il prend les rênes des cuisines du Grand Café de l'Opéra à Toulouse puis celles du Café de Paris à Saint-Tropez avant de rejoindre celles de la Saulire à Courchevel. Rattrapé par son amour des voyages, il prend le poste de directeur Moyen-Orient dans le groupe Bertrand avant d'ouvrir son propre restaurant à Chypre. Puis il rentre en France et travaille comme chef à l'Aile ou la Cuisse à Saint-Rémy-de-Provence. Son parcours se poursuit en Angola en tant que manager onshore de restauration et hôtellerie pour Total, puis dans la plus grande mine du Congo en tant que chef exécutif du groupe Catering International Service. Après avoir sillonné le globe, en 2021 il est contacté par la Villa Morelia pour la saison estivale et tombe sous le charme du paysage, de la maison et de leurs propriétaires Robert et Alexandra Boudard. S'il continue à beaucoup voyager pour dispenser son savoir-faire lors d'événements, Richard Smache revient toujours à ses racines françaises dont il est fier. Sa cuisine teintée de ses expériences est avant tout une cuisine traditionnelle de fraîcheur, avec des goûts francs, une cuisine d'instinct généreuse et régulière qu'il exprime à travers les produits locaux qu'il choisit avec une grande exigence de qualité. Ce qui ne l'empêche pas d'aimer nourrir la curiosité de ses hôtes en leur faisant découvrir de nouvelles saveurs, inspirées de ses différents voyages. Le retour de la saison hivernale l'a amené à reprendre ses valises, direction les Etats-Unis et le Canada où il travaille en tant que consultant en restauration. Il vous faudra donc attendre le mois de mai et la réouverture de l'établissement pour savourer ses délicieux mets.



LES BONNES ADRESSES DU CHEF

*La Maison des Produits de Pays de l'Ubaye à Jausiers
www.produitsdepays.fr*

LES MENUS

*Menu Impatience 3 plats : 65 €, 4 plats : 75 €
Menu dégustation 7 plats : 110 €*

Villa Morelia

9 avenue des Mexicains, 04500 Jausiers
Tél. : 04 92 84 67 78 - www.villa-morelia.com

PAVÉ DE BŒUF DE BARCELONNETTE EN DEUX CUISSONS, GRENAILLES CONFITES AU SAFRAN DE L'UBAYE, ASPERGES CROQUANTES, OLIVES ET JUS INFUSÉ AU SERPOLET



Ingédients pour 4 personnes :

4 pavés de bœuf de Barcelonnette de 180/200 g chacun • 1 bouquet de serpolet • 300 ml de jus de veau
• 120 g d'olives • 350 g de pommes de terre grenaille (ou Agata) • 12 belles asperges • Huile d'olive
• 1 tête d'ail • Pistils de safran de l'Ubaye.

Préparation : 10 min / Cuisson : 20 min

Démarrer la cuisson des pommes de terre grenaille dans une eau salée en gardant la peau. Ajouter le safran en fin de cuisson. Piquer avec la pointe d'un couteau pour vérifier la cuisson. Elles doivent être cuites mais encore un peu fermes. Placer les grenailles dans un plat allant au four, saler poivrer. Ajouter l'ail après l'avoir émincé. Verser un filet d'huile et mettre au four à 140°C pendant 20 min. Cuire les asperges 4 min dans de l'eau bouillonnante et salée après les avoir équeutées. Refroidir dans une eau glacée pour préserver le croquant et la couleur. Faire infuser le serpolet dans le jus de veau et filtrer. Ajouter les olives et réserver. Saisir les pavés dans une poêle avec un peu d'huile d'olive en veillant à ce que la poêle soit légèrement fumante avant d'y poser les pavés. Il s'agit de juste cristalliser les pavés. Les laisser reposer pour qu'ils puissent se détendre. Terminer la cuisson des pavés au four à 190°C pendant 4 à 5 min. Dresser avec les asperges et les pommes grenailles sorties du four. Couvrir de quelques olives et du jus de veau infusé au serpolet.



Accord mets-vin
Château de Rousset
Grand Jas rouge 2017

PIERRE GREIN*

CHEF PIERRE GREIN

Vous ne regretterez pas de faire le chemin jusqu'à la zone d'affaires de Manosque, la cuisine gastronomique aux accents méditerranéens, servie dans l'élégante salle du restaurant Pierre Grein, vaut en effet le détour. Au fil des saisons et du marché, le chef étoilé sert une cuisine créative, fine et moderne, une ode aux saveurs et couleurs du terroir local qui vous embarque pour un voyage gustatif unique.

Contrairement à beaucoup de chefs, le Manosquin n'avait pas de famille dans le métier de la restauration pour lui mettre le pied à l'étrier mais le jeune écolier aimait dessiner des couverts et des ustensiles de cuisine, ce qui lui valu le surnom de Guy Degrenne. Plus tard, alors qu'il travaillait dans les champs, il aimait préparer à manger pour ses amis. Cet attrait pour les métiers de bouche le conduit à l'école hôtelière de Digne-les-Bains où il obtient son CAP. Il débute dans des bars et restaurants de Manosque, se forme à l'ancienne dans des établissements peu connus mais qui lui apprennent la rigueur, la discipline et l'exigence. Il apprend beaucoup sur le tas. Ne comptant pas ses heures, Pierre s'investit à 100% dans sa passion. Au Charolais à Vitrolles, il se familiarise avec le travail de la viande auprès d'un boucher et découvre la cuisson au feu de bois. Il rejoint ensuite la Côte d'Azur et fait ses armes au Bistrot de la Marine. Il passe après par le Byblos avant de rejoindre les cuisines de l'Escale à Saint-Tropez où il découvre le travail du poisson et les produits d'excellence. Puis retour au Bistrot de la Marine où il obtient sa première place de chef. De retour dans sa région natale, il reprend en main les cuisines du Grand Jardin à Gréoux-les-Bains afin d'en faire un restaurant gastronomique avant de rejoindre un ami à Manosque qui ouvre une brasserie créative, celle-ci rencontre rapidement un beau succès. L'idée d'avoir son propre établissement fait son chemin dans la tête du chef. En 2013, c'est chose faite, il ouvre un restaurant bistrannique et le succès à nouveau ne se fait pas attendre, l'encourageant à aller encore plus loin en faisant évoluer sa cuisine vers la gastronomie. Il réorganise les lieux, fait des travaux importants et travaille de façon acharnée avec son équipe pour obtenir l'étoile qu'il décroche en 2020 à l'âge de 53 ans. Dans une ambiance chic et cosy, Pierre Grein propose ses créations d'une grande finesse et légèreté, soignant autant le visuel que le goût de ses plats où les accompagnements bien pensés viennent sublimer le produit. Sa cuisine très précise confère à ses assiettes relief et gourmandise offrant à la fois jeux de textures, douceur et peps. Les saveurs se percutent en bouche dans un parfait équilibre transportant les papilles d'une saveur à l'autre. Son potager en permaculture, les pommiers et le safran qu'il cultive fournissent sa table à 60% de ses besoins. Engagé dans une démarche éco-responsable, le chef se prend désormais à rêver de l'étoile verte. S'il s'est lancé dans l'aventure gastronomique étoilée, il ne néglige pas pour autant le bistrot installé dorénavant de l'autre côté du couloir, dans le cadre gourmand d'une épicerie fine où trônent des produits triés sur le volet. On s'y régale de délicieux plats traditionnels où l'on retrouve la patte du chef.



LES BONNES ADRESSES DU CHEF

Légumes, herbes, fleurs comestibles, safran bio : Terre d'abondance, Antony à Villeneuve <https://terre-abondance.com/>

Plantes aromatiques bio : Senteurs des Collines à Gréoux-les-Bains www.senteurs-des-collines.com

Huile d'olive : Moulin de l'Olivette à Manosque - www.moulinolivette.fr

Miel de lavande : Jean-Denis Daumas à Esparron-de-Verdon

LES MENUS

Menu retour du marché le midi en 3 services : 70 €

Menu végétal le midi en 4 services : 65 €

Menu carte blanche en 5 services : 110 €, en 7 services : 140 €
pour l'ensemble de la table

Menu en 5 services : 110 €, en 7 services : 140 €

Pierre Grein*

180 Avenue Régis Ryckebusch, 04100 Manosque

Tél. : 04 92 72 41 86 - <https://restaurantpierregrain.fr>

COQUILLES SAINT-JACQUES, RAVIOLES DE FOIE GRAS ET CHANTERELLES JAUNES BRUNOISE DE CÉLERI & TRUFFE, CONSOMMÉ DE CANARD À L'INFUSION DE CÈPES



Accord mets-vin
Domaine des Bergeries
de Haute-Provence
Alma blanc 2021

Ingédients pour 4 personnes :

Pour les coquilles Saint-Jacques : 4 Coquilles Saint-Jacques de Bretagne (taille 4/5 au kg) • **Pour le consommé :** 1 demoiselle de canard (carcasse) • Huile d'olive • 100 g de carottes • 1 gros oignon jaune • 1 poireau • 50 g de cèpes secs • 3 écorces d'orange séchées • 1 bouquet garni • 1 grosse pincée de sel fin • 15 grains de poivre noir • 2 l d'eau • **Pour la clarification :** 300 g de maigre de canard haché • Brunoise de légumes : 100 g d'oignons, 100 g de poireaux, 200 g de tomates, 50 g de céleri branche • 2 feuilles de laurier • 3 blancs d'œufs (environ 90 g) • 1 c à s d'huile d'olive • 1 pincée de sel fin • **Pour la pâte à raviole :** 100 g de farine + 50 g pour étaler • 100 g de jaunes d'œufs (les blancs servant à la clarification) • 1 pincée de sel fin • **Pour la farce des ravioles :** 50 g de foie gras de canard cuit • 50 g de chanterelles cuites et coupées en brunoise • 50 g de pousses d'épinards cuites et ciselées • Sel • Poivre du moulin • **Pour la brunoise de céleri et truffe :** 100 g de céleri • 20 g d'échalote ciselée • 50 g de truffe noire.

Préparation : 1 h / Cuisson : 8 h

Pour les coquilles : Ouvrir les coquilles, les nettoyer et réserver les noix sans corail au réfrigérateur. **Pour le consommé :** Rôtir rapidement dans une marmite qui passe au four la demoiselle de canard coupée grossièrement avec un filet d'huile d'olive. Ajouter tous les légumes préalablement lavés et taillés en gros cubes puis les faire suer 1 min en ajoutant le sel afin de leur faire rendre leurs eaux de végétation. Mouiller avec l'eau, ajouter les cèpes, les écorces d'oranges, le bouquet garni et le poivre. Fermer avec le couvercle et recouvrir la marmite avec plusieurs tours de papier film alimentaire pour que l'ensemble soit bien hermétique et que les saveurs restent bien enfermées. Mettre au four à chaleur tournante 90°C pendant 8 h. Passer au chinois étamine et laisser refroidir.

Pour la clarification : Faire suer tous les légumes sauf la tomate 2 min sans coloration avec l'huile d'olive, le sel fin et le laurier. Débarrasser dans un saladier. Laisser tiédir puis incorporer le maigre de canard et les blancs d'œufs, bien mélanger et réserver. Mettre le bouillon qui refroidit dans une autre marmite et ajouter le mélange maigre/légumes/blancs d'œufs. Faire chauffer le tout très doucement en remuant de temps en temps jusqu'à ce que se forme ce que l'on appelle la galette qui restera à la surface et qui emprisonnera toutes les impuretés. Laisser un petit trou sur le côté de la galette et avec un pochon, récupérer délicatement le bouillon avec les impuretés et les déposer sur la galette. À l'aide d'une écumoire, se débarrasser délicatement de la galette. Prendre un chinois étamine et déposer un linge propre ou une micro fibre à l'intérieur puis faire couler le consommé afin de retenir toutes les impuretés et obtenir un bouillon clair et limpide. Réserver. **Pour les ravioles :** Mélanger la farine, les jaunes d'œufs et le sel afin d'obtenir une pâte homogène. Mélanger tous les ingrédients pour la farce dans un saladier. Mettre une grande casserole d'eau salée à bouillir. Étaler la pâte ou laminer très fin en une grande bande de 50 cm sur 30 cm de large. Mouiller la moitié de la pâte avec un pinceau sur la longueur. Y déposer 4 petits tas de farce à intervalles réguliers sur la partie mouillée. Rabattre la moitié sèche sur la moitié mouillée et à l'aide d'un emporte-pièce d'une taille égale à la farce faire une légère pression pour la pâte collée. Avec un autre emporte-pièce cette fois-ci d'une taille supérieure, couper la pâte. Plonger les 4 ravioles dans l'eau frémissante une trentaine de secondes et refroidir aussitôt. **Pour la brunoise de céleri et truffe :** Faire suer l'échalote ciselée et le céleri en brunoise très fine, et hors du feu lier avec la truffe hachée. Garder au chaud. **Pour le dressage et la finition :** Poêler les noix de Saint-Jacques avec un filet d'huile d'olive. Une fois bien dorées d'un côté les retourner et laisser finir de cuire 1 petite min.

Déposer un petit tas de brunoise céleri/truffe au centre d'une assiette creuse. Faire chauffer les ravioles dans le consommé brûlant puis les disposer sur la brunoise. Mettre la noix de Saint-Jacques à cheval sur la raviole. Verser le consommé de canard brûlant qui aura été mis dans une belle théière devant les convives.

LA MARMITE DU PÊCHEUR

CHEF VINCENT PELAIA

Adossé aux spectaculaires rochers des Pénitents dans le village des Mées, le restaurant La Marmite du Pêcheur est réputé dans le département pour sa cuisine faisant naviguer les papilles entre terre et mer.

C'est dans le cadre de l'ancien moulin à huile du village dont on peut encore admirer l'ancienne roue à aube et le pressoir trônant dans la grande salle à manger que l'on vient se régaler des spécialités de poisson du restaurant et plus particulièrement d'une généreuse et savoureuse bouillabaisse (sur commande) ainsi que d'une délicieuse soupe de poisson qui ont fait la renommée de la maison. En été, on s'attable sur l'agréable terrasse ombragée. Aux commandes du navire depuis 2019, un jeune chef enthousiaste et créatif de 29 ans, Vincent Pelaia. Originaire de la région parisienne, Vincent a été élevé dans une famille de bons vivants par un papa Sicilien et une maman Portugaise avec laquelle il avait l'habitude de passer son temps en cuisine à mijoter de bons petits plats, ce qui l'a conduit jusqu'aux bancs des écoles Ferrandi et Médéric. Tout en apprenant les bases du métier, il fait son apprentissage dans les cuisines de l'Assemblée Nationale et de la Maison Rostang. Bac professionnel en poche, il décide de quitter la capitale pour des cieux plus ensoleillés et intègre les cuisines du Moulin de Mougins où, en une année et demi, il passe de commis à chef de partie. Après quelques saisons et extras dans les Alpes de Haute-Provence où il peaufine ses connaissances culinaires, à l'âge de 22 ans il rejoint les cuisines de la Marmite du Pêcheur en tant que pâtissier puis prend rapidement la place de second aux côtés de Christophe Roldan en place depuis 20 ans. Le jeune Vincent avait depuis toujours en tête d'avoir un jour son propre restaurant, alors, quatre ans après son arrivée, lorsque Christophe Roldan décide de passer la main il saisit l'occasion et s'associe au maître d'hôtel Romain Maldonado pour se lancer dans l'aventure et ouvrir une nouvelle page de l'histoire de l'établissement. Les deux professionnels décident de garder le même concept avec des classiques parfaitement exécutés, tout en apportant aux plats une belle touche de modernité. Toujours à la recherche de nouvelles sources d'inspiration, le chef aime également surprendre les papilles de ses hôtes dans de nouvelles associations de saveurs, ne se privant pas d'apporter au besoin quelques touches d'exotisme. Si le poisson arrive tout frais en majorité de la Méditerranée, les produits locaux de saison sont également à l'honneur. Laissez-vous tenter par exemple par le jaune d'œuf fumé au foin et confit au balsamique blanc et vin jaune, crémeux de chou-fleur, nid de blettes au chorizo, pickles de chou fleur, noisettes torréfiées et poireaux frits ou encore par un grand classique revisité : le jambon cuit maison, oignon des Cévennes braisé et basquaise chorizo jambon, jus aigre doux au sésame. Ici tout est fait maison, même la sauce BBQ accompagnant le tataki de bœuf et sa marinade aux parfums d'Asie. Côté service, la jeune équipe est sympathique, motivée, efficace et aux petits soins.



LES BONNES ADRESSES DU CHEF

Viande : Boucherie Giraud à Sisteron www.boucherie-giraud.fr

Légumes : Le Champ des Ânes aux Mées

Fruits : Le Cabanon, Philippe Maurel à Peyruis

Farine : Moulin Pichard à Malijai

Huile d'Olive Vierge Extra Pur Terroir : Moulin Arizzi aux Mées

Miel : Miel des Pénitents, Lionel Chauvet aux Mées

LES MENUS

Retour du marché le midi (sauf dimanche et jours fériés) : 29 €

Terre et Mer en 4 services : 42 €

Saveurs du moment en 4 services : 52 €

A la découverte des Saveurs en 5 services : 62 €

À la carte : 65 €

La Marmite du Pêcheur

Boulevard des Tilleuls, 04190 Les Mées

Tél. : 04 92 34 35 56 - www.lamarmitedupecheur.com

DUO TERRE ET MER



Ingrédients pour 4 personnes :

Pour l'agneau : 1 selle d'agneau de Sisteron • **Pour le poisson :** 1 aiglefin • 500 g de sel de Guérande • 80 g de poivre mignonnette • **Pour la brunoise de betteraves :** 3 betteraves multicolores • 5 cl d'huile de pépin de raisin • 5 cl d'huile d'olive bio des Mées • 5 cl d'huile de sésame • 2 c à c de miel • Poivre de Sichuan • **Pour le pesto de roquette :** 200 g de roquette • Huile d'olive bio • Poivre • Sel • Ail • **Pour le sel de betteraves :** 1 betterave rouge • 1 kg de sel de Guérande • Aromates (thym, poivre de Sichuan, laurier...) • **Pour le crumble de betteraves :** 1 betterave rouge • 150 g de farine • 150 g de beurre • Sel • Poivre • **Pour les pois gourmands :** 100 g de pois gourmands • Huile d'olive bio • **Pour la brunoise de poire :** 1 poire • Le jus d'½ citron • 1 pointe de vinaigre balsamique blanc.

Préparation : 1 h 30

Pour l'agneau : Préparer un gravlax : désosser la selle d'agneau pour en sortir deux filets, les passer au sel de betterave (4 à 6 h), dessaler la selle d'agneau et la conserver sous vide jusqu'au dressage. **Pour le poisson :** Lever les filets, les passer dans un mélange de sel de Guérande et de poivre une trentaine de minutes, puis les passer au fumoir 3 à 5 h. Découper le haddock en carpaccio. **Pour le sel de betterave :** Sécher une betterave rouge et la mixer. Mettre la préparation dans le sel de Guérande avec le mélange d'aromates pendant 4 à 6 h. **Pour le pesto de roquette :** Mélanger la roquette avec l'huile d'olive, le sel, le poivre et l'ail. **Pour la brunoise de betteraves :** Pocher les betteraves multicolores pendant 30 à 40 min. Les couper en brunoise, les faire mariner avec l'huile de pépin de raisin, l'huile d'olive, l'huile de sésame, le poivre de Sichuan et le miel pendant 10 min. **Pour la brunoise de poire et betterave acidulée :** Couper la poire en brunoise, ajouter du jus de citron et une pointe de vinaigre balsamique blanc. Mélanger le tout à la brunoise de betterave. **Pour le crumble de betterave :** Sécher une betterave rouge puis la mixer, mélanger temps pour temps farine et beurre. Assaisonner et cuire au four pendant 10 min à 180°C. **Pour le dressage :** Trancher les filets d'agneau et de haddock et les disposer en chiffonnade dans l'assiette. Déposer la brunoise de betterave et de poire marinée. Se servir de la marinade pour assaisonner le tout minute avant la dégustation. Ajouter le crumble de betterave et les pois gourmands.



Accord mets-vin

Petra Veridis
Quintius bio blanc
AOP Pierrevert

LES ALISIERS

CHEF CHRISTOPHE ISRAËL

Dans la station de Montclar, à 1 400 mètres d'altitude, Emilie vous accueille chaleureusement pour vous faire déguster au coin du feu les bons petits plats concoctés par son mari Christophe avec les produits de la vallée. Dès les beaux jours, la grande terrasse ombragée prend le relais.

C'est dans l'ambiance authentique et conviviale d'un chalet que Christophe Israël vous propose une cuisine entre montagne et Provence, mettant à l'honneur les plus belles saveurs du pays à travers des mets traditionnels revisités. Dans sa jeunesse, Christophe avait l'habitude de donner un coup de main à ses parents dans le restaurant familial pendant les vacances scolaires d'été. Se sentant comme un poisson dans l'eau dans ce milieu, il entreprend donc tout naturellement une formation à l'école hôtelière de sa ville natale, Cannes. Il enchaîne quelques saisons dans des établissements de la côte varoise avant de partir à la découverte de saveurs et savoir-faire plus exotiques. Après une première étape aux Antilles, il rencontre le chef David Prusniak à Tel Aviv qui lui donne la fibre du produit frais et le sensibilise au travail à la minute. Ayant l'ambition d'améliorer son anglais, il prend ensuite la direction de l'Ecosse où il travaille dans un restaurant français. C'est lors de son séjour outre-Manche qu'il rencontre sa future femme Emilie. Désireux de rentrer en France, il trouve une place de chef à bord d'un yacht privé. Son amoureuxse vient le rejoindre à Monaco où il a entre-temps pris un poste de chef de partie dans les prestigieuses cuisines de l'hôtel Metropole. Il y restera quelques années avant de se voir proposer une place de chef privé dans une villa. Après six années de bons et loyaux services, alors que le couple vient d'accueillir son premier enfant, les jeunes parents aspirent à une vie plus calme et décident en 2005 de prendre la direction des Alpes de Haute-Provence où ils posent leurs valises dans un petit restaurant situé dans le village de Puimichel, au milieu des lavandes. Six belles années s'écoulent à nouveau pendant lesquelles leur travail se voit récompensé par un BIB Michelin. Puis un jour l'opportunité se présente de reprendre Les Alisiers dans la station de ski de Montclar, un établissement auquel il faut donner une nouvelle vie. C'est un village et un coin de montagne qu'ils affectionnent particulièrement puisqu'ils y ont acheté une maison. Onze ans plus tard, le challenge est relevé haut la main et l'établissement s'est fait une belle réputation dans le département. Habités et touristes viennent se régaler dans une ambiance chaleureuse d'une délicieuse cuisine maison inspirée du slow food, proche des saisons et des producteurs, éleveurs, artisans locaux triés sur le volet. Christophe a même fait plusieurs voyages en Italie pour approfondir ce concept dont les italiens sont précurseurs. Les grands classiques de la cuisine montagnarde sont ici revisités à l'instar des gourmandes raclettes et fondues de l'Ubaye réalisées à base de fromages locaux exclusivement, un mélange de 3 tommes : vache, brebis, chèvre. Nous ne saurions trop vous recommander de goûter les spécialités du chef : le savoureux agneau de Sisteron, l'ensoleillée Tatin de légumes à la tomme de brebis ou encore le Picaton, une de ses créations, un gratin de pâtes à base de farine d'épeautre. Chef passionné de produits, Christophe se prend à rêver de faire évoluer Les Alisiers vers un restaurant de producteurs.



LES BONNES ADRESSES DU CHEF

Viande de cochon de montagne et charcuterie : Gaec Ferrand, Saint Antoine à Seyne

Produits laitiers : Coopérative laitière à La Bréole

Fromage de chèvre : Ferme du Haut des Cimes, Aude Pourroy à Auzet

Fromage de brebis : La Tchiote Bedigue à Selonnet

LES MENUS

Menu du jour (midi sauf dimanche et jours fériés) : 25 €

Menu grimpeur : 21,50 €, Menu Provenç'Alpine : 33 €

À la carte : 43 €

Les Alisiers

La Pérourière, D207, 04140 Montclar

Tél. : 04 92 35 34 80 - www.les-alisiers.fr

PÂTISSON FARCI, CROUSTILLANT DE TOMME AU GÉNÉPI



Accord mets-vin
Château Rousset
Classique Rouge
AOP Pierrevert

Ingrédients pour 4 personnes :

4 petits pâtissons • 800 g de tomates pelées concassées • 1 oignon • 500 g d'épinards frais • 1 tomme au génépi • 2 œufs • Farine
• 200 g de chapelure panko • 2 saucisses de ménage • 300 g de chanterelles • Copeaux de charcuterie artisanale • Huile • Sel • Poivre.

Préparation : 1 h / Cuisson : 20 min

Pour les pâtissons : Couper en deux les pâtissons, les épiner, assaisonner, braiser au four et réserver.

Pour le concassé de tomates : Laver et équeuter les épinards et les chanterelles. Ciseler un oignon, couper les saucisses de ménage en petits morceaux. Dans une sauteuse, faire tomber les épinards et les chanterelles à feu vif, débarrasser. Faire revenir les saucisses et les oignons jusqu'à obtention d'une légère coloration. Ajouter le concassé de tomates. Laisser cuire 20 min à feu doux. Intégrer les épinards et les chanterelles hors du feu.

Pour le croustillant de tomme au génépi : Couper la tomme en quatre. Préparer une anglaise, paner les morceaux de fromage avec la chapelure panko. Pour un rendu bien croustillant, faire cette étape deux fois.

Pour le dressage : Garnir le pâtisson cuit avec le concassé de tomates lié et épais. Faire frire les morceaux de tomme au génépi quelques minutes dans un bain d'huile à 180°C. Dresser avec un peu de salade et quelques copeaux de charcuterie artisanale.



CHEZ ÉRIC

CHEF ÉRIC BROUCHIER

Sur la place du charmant petit village perché de Montfuron, une grande maison en pierre sèche et sa jolie tonnelle attirent tous les regards. Ce petit coin de paradis abrite le restaurant du chef Éric Brouchier, une belle table gourmande qu'il vous faut découvrir lors de votre périple en pays manosquin.

Ni site internet, ni publicité, le restaurant a fait sa réputation avec le bouche à oreille et il vaut mieux réserver si l'on veut être certain de pouvoir déguster les assiettes du chef, bien pensées, élaborées et dressées à partir des meilleurs produits du terroir, naviguant entre tradition et modernité. L'hiver on se réfugie dans la belle salle voûtée aux pierres apparentes, au coin de la grande cheminée de préférence. Originaire du Var, Éric adorait, enfant, humer les délicieux effluves s'échappant des fourneaux de sa grand-mère et se balader dans le potager et les vignes de son grand-père. Dès l'âge de 12 ans il avait acquis la certitude qu'il serait cuisinier plus tard. C'est donc sans se poser de questions sur son orientation scolaire qu'il intègre l'École Hôtelière de Marseille. Après un stage au Palm Beach à Cannes, il prend la direction de la Corse et intègre les cuisines de Tao, une institution à Calvi, que côtoient aussi bien les pêcheurs que la jet set. Entré comme apprenti il y restera 15 ans en tant que chef de cuisine avant que l'envie ne lui vienne d'avoir son propre restaurant. Il revient alors sur le continent et s'installe en Provence à la Roque d'Anthéron. Huit ans plus tard, on le retrouve à la direction d'une grosse boucherie, charcuterie, traiteur où il reste une dizaine d'années. Mais il n'a pas pour autant oublié sa passion pour la cuisine et décide de revenir à ses premières amours. En quête d'un établissement à reprendre, il découvre une jolie demeure située dans le pittoresque village de Montfuron pour laquelle il a un coup de cœur immédiat. Après quelques travaux, l'écrin qu'il a choisi pour mettre en avant le terroir local à travers une cuisine authentique, à base de produits issus du circuit court, ouvre en 2010. Le lieu naturellement chaleureux avec ses voûtes, sa belle terrasse ombragée de vigne attire une clientèle qui vient non seulement y chercher la convivialité mais également se régaler des savoureux plats de saison d'Eric. Si ce dernier est attaché à la tradition, il n'hésite cependant pas à y apporter un trait de modernité et livre une belle cuisine de produits. Aïoli de poulpes, courgette fleur farcie à la brousse et basilic, maigre de Méditerranée, bouillon de roche au safran, Tatin à l'abricot de Provence et autres délices raviront vos papilles. En saison, on ne résiste pas au menu truffe. Depuis trois ans, le chef forme un binôme avec son fils Alexandre, âgé de 24 ans, qui l'a rejoint derrière le piano et se consacre aux préparations froides ainsi qu'à la réalisation de délicieux desserts joliment mis en scène. L'engagement de la famille ne se limite pas à eux deux car Nathalie, la femme d'Eric, assure un accueil et un service des plus souriants et attentionnés. Et c'est sans compter sur le père d'Eric qui amène aux cuisines tous les légumes, qu'il cultive encore à 83 ans dans son potager. Toujours à l'écoute de ses clients, le chef n'hésite pas, sur commande, à sortir de sa carte pour faire plaisir à ses chers habitués.



LES BONNES ADRESSES DU CHEF

Truffe noire de Villedieu : Famille Barbe à Manosque
<https://latruffenoiredevilledieu.jimdofree.com/>

Légumes : Les Savels, Famille Rabanin à Manosque

Jeunes pousses et fleurs comestibles : Mathias Fabre aux Mées

Poissons et crustacés : RM Marée à Marseille

LES MENUS

Menu carte du marché 2 plats : 38 €, 3 plats : 48 €

En saison, menu truffe en 5 services : 120 €

Chez Eric

Place Daniel-Viguié, 04110 Montfuron

Tél. : 04 92 77 75 32

NOIX DE SAINT-JACQUES CONTISÉES AUX TRUFFÈS, PARMENTIER DE MONA LISA TRUFFÉ



Ingrédients pour 4 personnes :

Pour les coquilles : 12 coquilles Saint-Jacques • 50 g de beurre • 80 g de truffes *Tuber mélanosporum* de Valensole • 20 cl de crème liquide 35% • Huile d'olive de Provence • Fleur de sel de Camargue
• **Pour le potage :** 200 g de blanc de poireaux • 200 g de champignons de Paris • 400 g de pommes de terre Mona Lisa de Manosque • 30 g de beurre • 20 cl de crème liquide • 40 g de truffes • Sel.

Préparation : 1 h / Cuisson : 20 min

Pour le potage : Émincer finement les poireaux et les champignons, les faire suer dans le beurre clarifié sans coloration. Mouiller avec 1 l d'eau et ajouter les pommes de terre taillées en paysanne. Cuire environ 20 min, mixer et réserver. Au moment de servir, tenir le potage au chaud et le crémier, ajouter les truffes hachées.

Pour les coquilles : Nettoyer les coquilles et inciser à deux reprises à plat. Râper 24 tranches de truffe et les insérer dans les Saint-Jacques, cette opération peut être pratiquée la veille. Filmer et réserver au frais. Au moment de servir, snacker les coquilles dans du beurre clarifié et un trait d'huile d'olive, les garder nacrées.

Pour le dressage : Dresser un fond de soupe dans des assiettes creuses, poser trois Saint-Jacques par assiette, râper de la truffe à l'aide d'une microplane, ajouter un trait d'huile d'olive et la fleur de sel.



Accord mets-vin
Domaine La Blaque blanc
Réserve - Pierrevert



LA BASTIDE DE MOUSTIERS*

CHEF ADRIEN DE CRIGNIS

Comment ne pas succomber au charme et à la quiétude de l'Auberge d'Alain Ducasse située à proximité des Gorges du Verdon et du Lac de Sainte-Croix, au milieu des lavandes odorantes et des oliviers centenaires et jouissant d'une magnifique vue sur la « falaise » de Moustiers-Sainte-Marie. Un joli écrin pour le chef Adrien de Crignis, formé au sein du groupe Ducasse pour livrer une cuisine au plus près de la nature, mettant à l'honneur les produits locaux avec gourmandise et élégance.

Que ce soit sur l'agréable terrasse ombragée ou dans les quatre salons de la belle demeure joliment décorés, on se laisse très vite séduire par l'atmosphère des lieux, l'accueil chaleureux de sa directrice Sarah Chailan efficacement secondée par Mathieu Bloyet, directeur de salle et sommelier, et les mets aux saveurs délicates d'Adrien de Crignis. Né en Haute-Savoie, Adrien a un attachement tout particulier pour la nature où il s'adonnait enfant à la cueillette des champignons. Aux vacances d'été, la famille prenait la direction de sa terre natale, l'Italie. Le jeune chef se souvient encore des bonnes odeurs de cuisine qui s'échappaient des fourneaux de ses grand-mères. À sa sortie du lycée hôtelier Savoie Léman de Thonon-les-Bains, il fait ses premières armes au restaurant triplement étoilé du chef Heinz Beck à Rome avant de rejoindre le groupe Ducasse en 2014. Après deux années passées Aux Lyonnais à Paris, il intègre les cuisines du Louis XV à l'Hôtel de Paris à Monaco. Entré en tant que commis, il en sortira en 2019 chef de partie avant de prendre la place de second à la Bastide de Moustiers en 2020. Il est ensuite appelé en mission, en tant que sous-chef aux côtés de Stéphane Duchiron, pour le nouveau projet d'Alain Ducasse : le Grand Contrôle Versailles et participe à l'obtention de la première étoile de l'établissement. Passionné par la Provence et ses superbes produits, il revient à la Bastide prendre les commandes des cuisines en mars 2022, à l'âge de 27 ans. Le chef puise son inspiration dans la Méditerranée toute proche et la nature généreuse de la Provence, associant les saveurs du marché de Riez qu'il affectionne et celles du jardin potager bio de la Bastide où s'épanouit sur plus de 2 hectares une grande variété de plantes, fleurs aromatiques et légumes dont les courgettes violons de Nice et les tomates Marmande de Provence qu'il a demandé au jardinier de rajouter à son arrivée. La cuisine d'Adrien de Crignis est une cuisine de l'essentiel basée sur le goût, légère et saine et au demeurant gourmande, respectueuse de la nature et de l'environnement. Dans ses assiettes végétales, le produit est roi. Le poisson est le plus souvent servi avec des jus végétaux. Quant aux viandes, elles sont rôties dans la grande cheminée de la cuisine. Une adresse étoilée incontournable pour une escapade gourmande au pays de la faïence.



LES BONNES ADRESSES DU CHEF

Agneau : GAEC de Pascalone, Isabelle et Michel Gayde à Riez

Fromages de chèvre : Ferme Mistral à Quinson

Amandes : Alexandre Schultz à Valensole

Huile d'olive : Moulin Bonaventure à Valensole

<https://provence-huile-olive.fr/>

La Bastide de Moustiers 4*

Chemin de Quinson, 04360 Moustiers-Sainte-Marie

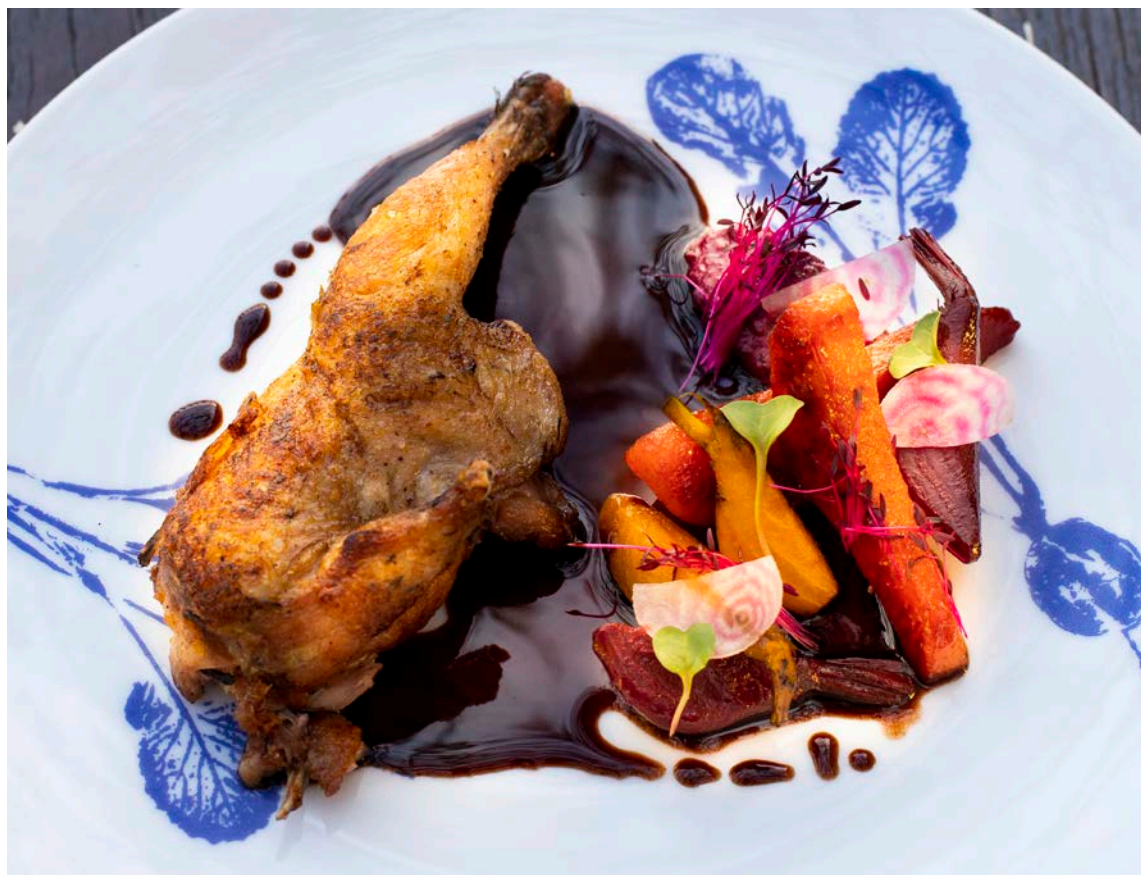
Tél : 04 92 70 47 47 - www.bastide-moustiers.com

LES MENUS

Menu-carte 3 plats : 75 €, 4 plats : 85 €

Menu dégustation Au Jardin de la Bastide en 5 services : 95 €

PERDREAU ROUGE À LA CHEMINÉE BETTERAVES DU JARDIN ET COINGS CONFITS



Accord mets-vin
Domaine des Bergeries
de Haute-Provence
Via Domitia rouge
2021

Ingrédients pour 8 personnes :

8 perdreaux rouges • **Pour la garniture :** 2 gros coings • 100 g de sucre roux • 1 l d'eau • 100 g de jus de citron jaune • 1 zeste de citron jaune • 1 gousse de vanille • 8 betteraves avec fane • Huile d'olive • Gros sel • 1 betterave Chioggia • **Pour le jus :** 3 perdreaux déclassés • 30 g de beurre frais • 2 carottes • 2 échalotes • 2 branches de céleri • 10 cl de vin rouge • Huile d'olive • Grains de poivre blanc • Baies de genièvre • **Pour le condiment :** 100 g de feuilles d'amarante • 1 betterave rouge • 1 œuf mollet • 1 œuf dur • 2 cl de jus de citron • 5 cl d'huile d'olive • Sel • Piment d'Espelette.

Préparation : 1 h30 / Cuisson : 32 min

Pour les perdreaux : Épiler les perdreaux rouges, retirer la tête et le bréchet. Retirer également la partie haute des ailerons. A l'aide de ciseaux, retirer tout le ventre des perdreaux ainsi que l'intérieur (poumons, foie, cœur) et tirer jusqu'au cou afin d'avoir les perdreaux sur leur coffre, nettoyés. Saler et huiler les perdreaux, démarrer sur la grille proche de la braise afin de colorer toute la peau. Cuire sur le coffre en remontant la grille, environ 10 min. Laisser tirer autant de temps avant la découpe. Vous pouvez également les cuire en cocotte en colorant chaque face et en terminant la cuisson au four à 160°C environ 8 min. **Pour la garniture :** Tailler les coings en quartiers, creuser l'intérieur et les faire rassir 12 h. Réaliser une eau de coing avec les parures. Passer au chinois puis ajouter 100 g de sucre roux (par litre d'eau de coing), un zeste de citron, une gousse de vanille et 100 g de jus de citron. Confire les quartiers de coings dans le sirop frémissant pendant environ 30 min. Laisser tirer dans le sirop chaud jusqu'à ce qu'ils soient bien fondants. Cuire les betteraves fanes dans de l'aluminium avec de l'huile d'olive, les disposer dans une cocotte avec du gros sel et cuire au four à 200°C pendant 1 h environ. Débarrasser et éplucher. Tailler en quartiers. À l'aide d'une mandoline, réaliser des copeaux de betteraves Chioggia d'environ 3 mm d'épaisseur. Détailler ensuite à l'aide d'un emporte-pièce de 3 cm de diamètre. **Pour le jus :** Vider puis détailler les perdreaux en cubes d'environ 5 cm. Dans une cocotte en fonte saisir à l'huile d'olive afin d'obtenir une belle coloration blonde. Ajouter le beurre. Quand il devient mousseux, ajouter la garniture épluchée et taillée grossièrement. Dégraisser complètement en séchant bien la viande et les légumes à l'aide d'un papier absorbant. Remettre le tout dans la cocotte sur le feu et déglacer au vin rouge. Réduire complètement, puis mouiller avec un bouillon de volaille à hauteur (ou une remouille d'un précédent jus de perdreau, c'est encore mieux). Réduire au four environ 20 min afin d'obtenir un jus presque sirupeux. Infuser le poivre blanc et les baies de genièvre concassés. Passer au chinois, puis ajouter 5 ml de sirop de coings. **Pour le condiment :** Cuire la betterave rouge dans l'aluminium et le gros sel. Refroidir puis mixer avec les feuilles d'amarante, l'œuf mollet et le jaune d'œuf dur. Ajouter le jus de citron, saler, puis monter à l'huile d'olive. Ajouter ensuite le piment d'Espelette. **Pour la finition et le dressage :** Remettre le perdreau 2 min au four, puis lever les filets avec les cuisses. En haut à droite de l'assiette, disposer une quenelle de condiment amarante, ainsi qu'un petit bouquet de feuilles d'amarantes en volume. Placer juste dessous 2 quartiers de coings confits juste rôtis à la poêle de chaque côté. Glacer les betteraves avec 5 cl de bouillon de légumes et de l'huile d'olive, puis disposer 3 quartiers par assiette. Ajouter les copeaux de betterave Chioggia. Placer le filet de perdreau et sa cuisse sur la gauche. Dresser le jus en saucière, environ 5 cl par personne.

LE RIBIERA

CHEF MAXIME BLAISE

Idéalement situé entre le Luberon et le Verdon, dans un magnifique domaine naturel de 12 hectares d'oliviers, cyprès, pins, chênes, lavandes, se niche Le Ribiera, un restaurant gastronomique dont les rennes ont été récemment confiées à un jeune chef à l'avenir prometteur, Maxime Blaise.

Dès l'adolescence Maxime a pris l'habitude pendant son temps libre de travailler en cuisine aux côtés de son père dans les établissements que possédait ce dernier. Le moment venu, son orientation est une évidence, il intègre le lycée professionnel Léon Blum à Perpignan et, tout en poursuivant ses études, travaille dans les cuisines d'une brasserie semi-gastronomique du Canet-en-Roussillon. Dès l'âge de 18 ans, il se voit proposer un poste de chef dans une brasserie des Alpes de Haute-Provence. Maxime avait dans son enfance eu l'occasion d'habiter dans ce département qu'il avait beaucoup aimé, alors quand l'occasion s'est présentée il n'a pas hésité un seul instant à se lancer dans cette nouvelle aventure qui représente un gros challenge pour un si jeune chef. Enthousiaste et passionné, il relève le défi haut la main, travaillant tous les plats de l'entrée au dessert et réalisant une cuisine fraîche à base de produits locaux. Après plus d'une année dense et formatrice, il décide d'étoffer ses connaissances et prend une place de second au restaurant la Campagne de Pètra situé sur le plateau de Valensole. Pendant près de deux ans, il va s'employer à travailler les plus beaux produits du département avant de rejoindre le chef étoilé Jany Glaize à la Bonne Étape où il se voit confier les commandes des cuisines du bistro Le Goût du Jour (aujourd'hui Bistro Gaby), travaillant également ponctuellement au restaurant gastronomique. Aux côtés de ce chef réputé, il affine ses connaissances et apprend l'art des sauces, la découpe de l'agneau, les différentes techniques de découpe du poisson et la cuisine du terroir. Quatre années vont passer avant que son envie d'évoluer l'amène à pousser les portes du Domaine Ribiera en mai 2022. Arrivé en tant que second, le jeune homme talentueux et passionné prend rapidement la succession du chef Lilian Hirigoyen qui quitte l'établissement pendant la saison estivale. La relève se fait en douceur et le rêve du jeune chef de 26 ans d'être aux manettes des cuisines d'un restaurant gastronomique d'un établissement de luxe se concrétise. Inspiré par ce généreux terroir de Haute-Provence où il fait bon vivre et par les saisons, Maxime Blaise propose une cuisine raffinée et instinctive, résolument moderne et créative où la gourmandise a toute sa place. Il aime surprendre les papilles de ses hôtes avec des associations sucrées salées parfaitement équilibrées, des jeux de texture et des saveurs où l'exotisme s'invite par petites touches dans ses compositions pleines de relief et gourmandise.

LES BONNES ADRESSES DU CHEF

V viande : Etal Plus à Manosque www.traiteur-etalplus-boucherie-04.com

F fromages de chèvre : Fromagerie de Banon www.fromagerie-banon.fr

M micro-pousses : Aromat & Cie aux Mées



LES MENUS

Menu à l'ardoise : 39 €, Menu découverte : 59 €, Menu sensations : 79 €

A la carte : 64 €

Domaine Ribiera, Hôtel 5*, Restaurant, Golf & Spa Resort

635 route de Forcalquier, 04300 Niozelles

Tél. : 04 65 10 09 00 - www.ribiera.fr

BAUDROIE RÔTIE ET FUMÉE

AU BOIS DE CERISIER, JUS CITRONNÉ AU ROMARIN,
CROÛTE D'ALGUES, BRUNOISE DE LÉGUMES
DE SAISON «COMME UNE RATATOUILLE AUTOMNALE»



*Accord mets-vin
Château Rousset
Le Bambin blanc*

Ingrédients pour 4 personnes :

- Pour la lotte :** 1 lotte d'1,5 kg • Bois de cerisier • Romarin frais • Citron vert • **Pour la ratatouille :** 1 potimarron • Huile d'olive • Thym • Paprika • Ail • Miel • Mélange 4 épices • 2 carottes fanes • 1 panais • 1 betterave cuite • 4 côtes de blette • 5 champignons de saison • 2 échalotes • Gingembre confit • Coriandre • Persil • Fines herbes • Sel • Poivre • **Pour la croûte d'algues :** 30 g d'algues nori • 10 g de chapelure • 20 g de panko • 20 g d'ail confit • 100 g de beurre • **Pour le jus citron, romarin :** 2 citrons jaunes • 1 échalote • Fumet de poisson • Romarin frais.

Préparation : 1 h 30 / Cuisson : 40 min

Pour la lotte : Désosser et préparer la lotte, réserver l'arête centrale pour réaliser un fumet. Couper les filets. Réserver au frais.

Pour la ratatouille : Laver le potimarron, le couper en deux et à l'aide d'une cuillère épépiner le cœur. Réserver les graines (afin de les réutiliser par exemple pour les torrifier). Placer le potimarron sur une plaque qui puisse aller au four, et le faire mariner dans un mélange d'huile d'olive, thym, paprika, ail haché, sel, poivre, miel et un mélange 4 épices. Enfourner à 160°C pendant 30 à 40 min puis laisser tempérer afin de retirer la peau facilement. Éplucher et laver les carottes et le panais et les couper en fine brunoise. Répéter le même processus pour la betterave et les côtes de blette et les réserver. Cuire le tout séparément à l'huile d'olive dans une poêle à peine fréillante jusqu'à ce que ce soit laqué. Saler et poivrer légèrement. Déglacer avec un bouillon dashi, parfumé au gingembre confit au préalable. Les légumes doivent rester un minimum fermes et avoir une bonne tenue. Débarrasser le tout séparément. Laver et préparer les champignons. Les faire suer à sec dans une poêle bien chaude et baisser le feu, les faire colorer et sécher, ajouter de l'huile d'olive et les enrober. Ajouter les échalotes ciselées et l'ail haché blanchi 3 fois, faire suer le tout. Ajouter la coriandre et le persil haché. Saler et poivrer. **Pour la croûte d'algues :** Mixer les algues nori, la chapelure, le Panko et l'ail confit puis ajouter le beurre dans le mixeur. Saler et poivrer légèrement. Mixer délicatement le tout. Verser sur une plaque à pâtisserie recouverte d'une feuille de papier sulfurisé. Étaler très finement sur une épaisseur de 3 mm à l'aide d'un rouleau à pâtisserie, mettre une autre feuille sur le dessus pour étaler. Réserver le tout au réfrigérateur. **Pour le jus citron, romarin :** Presser les citrons et filtrer la pulpe. Ciseler et faire suer l'échalote. Verser le jus de citron et faire monter à ébullition. Déglacer avec le fumet de poisson confectionné au préalable grâce à l'arête centrale de la lotte. Laisser réduire. Ajouter le romarin frais. Laisser infuser quelques minutes. Mixer et filtrer à l'aide d'un chinois étamine. **Pour la cuisson et le dressage :** Sécher la lotte avant de la faire fumer au bois de cerisier sous une cloche pendant quelques minutes. Assaisonner et ajouter du romarin frais haché. Faire colorer la lotte dans une huile bien chaude et déglacer à chaud au citron vert puis débarrasser sur une plaque destinée à aller au four. Couper la croûte d'algues à la dimension du filet de lotte. Faire cuire quelques minutes à 180°C jusqu'à ce que le poisson soit nacré à cœur. Faire suer tous les légumes dans une poêle et déglacer avec un peu de fumet restant. Ajouter des fines herbes. Enrober le tout avec le potimarron confit et dresser dans un emporte-pièce. Poser le filet sur la ratatouille, napper sur le tour de jus de citron romarin et servir.



LES GORGES DU VERDON

CHEF FRANÇOIS BARGOING

À près de 1 000 mètres d'altitude, au cœur du Parc naturel régional du Verdon et à deux pas de la Route des Crêtes, le spectacle grandiose des montagnes et du village de La Palud se déroule à 360° depuis la grande terrasse contemporaine et les salles panoramiques du restaurant des Gorges du Verdon. Au plaisir des yeux s'ajoute le plaisir des papilles à travers une cuisine maison respectueuse de l'environnement, de la saisonnalité, élaborée avec les produits de la région.

Construit en 1973 par Hendrika et Maurice Schaeffer pour héberger les premiers touristes venus du monde entier pour découvrir les gorges, l'établissement est repris en 1986 par leur fille Hélène, alors en fac de droit, avec son futur époux Jean-Michel Bogliorio. Ils n'ont de cesse de faire grandir l'hôtel, réinvestissant, au fur et à mesure, les recettes de la saison en travaux d'embellissement faisant rapidement passer l'établissement de 2* à 4*. En 2018, leur fille aînée Soizic, qui poursuit des études de commerce, décide de reprendre la gérance et entame de nouveaux travaux de rénovation, écrivant une nouvelle page de la saga familiale. Son frère Thibault la rejoint peu après. Leurs parents n'ont cependant pas encore complètement lâché l'affaire et leur offrent tout leur précieux soutien. Aux manettes des cuisines, le chef François Bargoing, arrivé en 1985, a évolué avec l'établissement et la famille. Aussi loin que remontent ses souvenirs, François a toujours voulu être cuisinier. Après avoir intégré une école de cuisine dans l'Aube, il enchaîne les stages, au Grand Hôtel de Cabourg puis dans sa ville natale de Sézanne en Champagne. Après une année en Corse au restaurant La Marine sur le port de Propriano, il rejoint un hôtel familial à Châtel où il restera un peu plus de quatre ans avant de prendre les commandes des cuisines du restaurant des Gorges du Verdon. L'établissement étant fermé pendant la période hivernale, il alterne avec un restaurant d'altitude à Pra Loup dont il a pris la direction. Avec 37 ans de pratique au sein du département, François Bargoing a acquis une belle connaissance du terroir local et enrichi son carnet d'adresses de bon nombre de petits éleveurs, maraîchers, artisans qui viennent alimenter ses savoureuses recettes de leurs produits d'exception : truites du Verdon, agneau de Sisteron et de la Palud, fromage de chèvre de Banon, amandes et lavande de Valensole, miel du village... Champignons et aromatiques de sa cueillette viennent compléter ses assiettes copieuses et néanmoins équilibrées. Sa cuisine, élaborée au rythme des saisons, est une cuisine de cœur, généreuse et gourmande, sans chichis. Les herbes du jardin de l'établissement servent à aromatiser aussi bien les mets que les tisanes et cocktails maison, et l'huile d'olive du Moulin de l'Olivette, provenant des 200 oliviers du domaine des propriétaires situé à Moustiers-Sainte-Marie, vient agrémente la cuisine du chef et trône en bonne place dans la boutique de l'hôtel. Pour le seconder dans cette belle célébration des produits des Alpes de Haute-Provence, le chef François Bargoing a un précieux atout : son sous-chef Romaric Rouard.



LES BONNES ADRESSES DU CHEF

Légumes et fruits : Jean-Marc Roman et Julien Taxil, Bio Verdon à la Palud-sur-Verdon

Élevage de truites : Domaine de l'Athanor à Bauduen

Volailles, œufs, laiterie : Le Gavot à Oraison

Huile d'olive : Moulin de l'Olivette à Manosque

Confiseries : François Doucet Confiseur en Provence à Oraison
www.francois-doucet-confiseur.com

LES MENUS

Menu 2 plats : 35 €, Menu 3 plats : 42 €

Hôtel & Spa des Gorges du Verdon 4*

Route de la Maline, 04120 La-Palud-sur-Verdon

Tél : 04 92 77 38 26 - www.hotel-des-gorges-du-verdon.fr

BUTTERNUT RÔTI, CRUMBLE NOISETTES, PIGNONS CRÈME DE CHÈVRE, PICKLES DE BUTTERNUT



Ingrédients pour 4 personnes :

- 2 butternuts • 20 g de beurre • Fleur de sel • Huile d'olive • **Pour le crumble :** 50 g de beurre
• 50 g de parmesan râpé • 20 g de pignons • 50 g de noisettes • 50 g de farine
• **Pour la crème de chèvre :** 100 g de chèvre frais • 1 pincée de piment d'Espelette en poudre
• 1 citron • Persil • Sel • Poivre • **Pour les pickles :** Butternut • 300 g de vinaigre blanc • 100 g de sucre
• 200 g d'eau.

Préparation : 30 min / Cuisson : 20 min

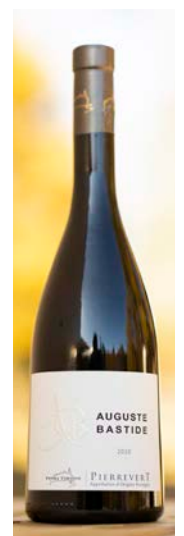
Portionner les butternuts en tranches. Cuire 20 min au four à 180°C avec de l'huile d'olive et de la fleur de sel.

Les emporte-pièces en palets et les faire rôtir au beurre dans une poêle.

Pour le crumble : Mélanger le beurre, la farine, le parmesan, les noisettes, les pignons au robot coupe.

Cuire 12 min au four à 180°C. **Pour la crème de chèvre :** Mixer le chèvre avec le piment d'Espelette, le sel, le poivre, le persil et les zestes d'un citron. Servir à température ambiante. **Pour les pickles :** Faire des copeaux en

forme de triangle avec les restes de butternut. Faire bouillir le vinaigre blanc, l'eau, le sucre. Verser sur les copeaux de butternut. Laisser refroidir.



Accord mets-vin

Petra Veridis
Auguste Bastide rouge
AOP Pierrevest

COCOTTE

CHEF JEAN-FRANÇOIS GARCIA

Dans le petit village de Pierrerie, situé à 5 km de Forcalquier, il vous faut découvrir sans tarder cette belle adresse gourmande dont les propriétaires, deux passionnés de cuisine et de vins naturels, Jean-François Garcia et Lili Martignon, cultivent l'art du bien manger, du bien boire et du bien recevoir.

Cocotte est bien davantage qu'un restaurant où l'on vient se délecter des savoureux mets mijotés par le chef à base de produits de qualité et de saison, sourcés avec exigence auprès de maraîchers, producteurs et éleveurs locaux ! Cocotte est un lieu de vie où l'on vient se retrouver autour d'un café ou d'un petit verre en terrasse, acheter des produits du terroir et des plats en bocaux faits maison (joue de bœuf confite, tajines de poulet fermier, pieds paquets, terrines...). Ces deux grands chineurs y ont installé leurs collections de vinyles, de poteries de Vallauris des années 50 à 70 et... de cocottes vintage et su créer un lieu à leur image chaleureux et accueillant. De nombreux plats de Jean-François gardent l'empreinte des goûts de son enfance et de ses voyages. Élevé dans une famille pied noir de 5 enfants, il avait une maman qui cuisinait beaucoup et bien. C'est la gourmandise qui le pousse à entreprendre des études de pâtisserie dans sa ville natale, Lyon. Il débute à la chocolaterie Pierre Ginet et se passionne pour ce métier. Cependant le jeune homme nourrit depuis plusieurs années un rêve, celui de voyager et plus particulièrement aux États-Unis. Il trouve donc une place de pâtissier chez un boulanger de Kansas City. Au bout d'un an il rentre en France mais repart très rapidement poursuivre son rêve américain. Direction Los Angeles où il est engagé dans une compagnie de croisières avant d'intégrer les cuisines du 385 North à Hollywood où il découvre la cuisine fusion de Roy Yamaguchi. Il décide alors de troquer sa toque de pâtissier contre celle de cuisinier. C'est la rencontre avec un parisien qui lui propose d'ouvrir avec lui un restaurant Tex Mex dans la capitale qui le ramène dans l'hexagone en 1987. Celle avec Lili donne un nouveau tournant à sa vie et à sa carrière. Les deux amoureux décident d'ouvrir un restaurant de tapas, bar à vin à Saint-Tropez qui se transforme rapidement en Bistro Canaille, en écho à la cuisine lyonnaise. Jean-François s'amuse à revisiter les grands classiques de la cuisine française et pose les fondements de sa cuisine actuelle. Il épure, intègre des végétaux, des herbes, des épices et continue à proposer de savoureux desserts. Puis, le couple décide de se lancer dans une nouvelle aventure et ouvre un restaurant de plage Les Graniers où Jeff met en place une carte de cuisine fusion avec de belles notes végétales, associant fruits et légumes, ajoutant des céréales et il intègre le poisson. Après trois années intenses, l'envie de mener une vie plus calme se fait sentir. Ils rachètent le restaurant de Pierrerie, séduits par la région, et font le choix de travailler en circuit court, conquis par la richesse et la qualité des produits du département. Dès son ouverture en 2020, l'adresse connaît le succès et se fait en peu de temps une belle clientèle d'habituez qui vient régulièrement se régaler des petits plats de Jean-François et partager un moment de convivialité.

LES MENUS

Menu du midi : 21 €

À la carte : 40 €



LES BONNES ADRESSES DU CHEF

Cochon bio : Marine Jeannin et Misha Houdot, Gaec Campagne Beauregard à Pierrerie

Légumes et mozzarella : Ferme Saint Isidore, Lea et Jean Arancio à Pierrerie

Agneau bio : GAEC Les Charentais, Eric et Florian Jean à Pierrerie - www.fermepierrerie.fr

Œufs bio : Michelle et Anais Blaye à Lurs

Fromage de chèvre : Ségolène de la Ronde, La Ronde des Chèvres à Pierrerie

Cocotte - Bistrot de Pays

Rue de la Fontaine, 04300 Pierrerie

Tél. : 04 92 75 33 00 - www.restaurant-cocotte.com

CÔTE ÉPAISSE DE COCHON BIO JUS CORSÉ À L'ORANGE, LÉGUMES GRILLÉS



Ingrédients pour 4 personnes :

- 2 côtes épaisses de cochon • 1 noix de beurre • Huile de tournesol • **Pour la sauce :** 250 ml de fond de volaille
• 2 oranges • 1 bouquet de coriandre • 1 c à s de miel de garrigue • 4 c à s de sauce soja
• **Pour les légumes :** 2 courgettes • 1 grosse aubergine • 4 petites tomates • 2 petits poivrons
• **Pour le dressage :** 12 petites fleurs (bourrache ou cosmos).

Préparation : 30 min / Cuisson : 10 min

Pour la sauce : Mettre à réduire le fond de volaille, le jus de deux oranges, la sauce soja, le miel, la coriandre hachée grossièrement. Une fois le jus réduit de moitié, le passer au chinois et le réserver.

Pour les légumes : Détailler des tronçons de courgettes, couper des lamelles épaisses d'aubergine puis détailler de petits cercles à l'emporte-pièce. Évider les poivrons et les couper en 4. Faire chauffer la plancha, la huiler puis faire griller les aubergines, les courgettes et les poivrons. Étaler les tomates, préalablement coupées en deux, dans un plat allant au four. Les badigeonner d'huile d'olive, de sel, de poivre et de thym. Réserver les légumes.

Pour la côte de cochon : Saler et poivrer les côtes sur chaque face. Faire chauffer une poêle avec de l'huile, saisir les côtes sur chaque face, puis ajouter une grosse noisette de beurre et arroser. Les débarrasser dans un plat. Enfourner 10 min à 180°C. Enfourner également les tomates.

Pour le dressage : Faire réchauffer les légumes au four 5 min avant de servir. Chauffer le jus et le débarrasser dans une saucière. Émincer de fines tranches de 1 cm de cochon et dresser les légumes.



Accord mets-vin
Quintius Bio rouge
AOP Pierrevert

RELAIS NOTRE DAME

CHEF NICOLAS MALZAC

Cet ancien relais de poste, devenu une auberge en 1952, est une halte de charme et de plaisirs gourmands au cœur de la Provence. Situé à l'orée du pittoresque village de Quinson, le Relais Notre Dame est l'adresse idéale pour visiter le Musée de Préhistoire des gorges du Verdon situé à quelques pas, partir à la découverte des Basses Gorges du Verdon et du plateau de Valensole réputé pour ses champs de lavande à perte de vue.

Julie et Nicolas Malzac sont l'âme de cet établissement familial, qu'ils ont repris à l'hiver 2020, où ils aiment recevoir leurs clients comme des amis dans leur maison. La belle terrasse ombragée de platanes centenaires et la grande salle de restaurant décorée avec goût sont une véritable invitation à découvrir la cuisine du marché, ensoleillée, gourmande et inventive du chef. Les plus beaux produits de la région sont joliment mis en lumière par Nicolas. Élevé à Béziers au sein d'une famille sportive, évoluant dans le milieu médical, son univers était assez éloigné du milieu de la restauration. Le goût des bonnes choses lui a été transmis par sa grand-mère qui cuisinait beaucoup. Après une formation à l'Ecole Hôtelière de Lausanne où il rencontre son épouse, le jeune homme décide de partir en stage aux USA et au Japon pour satisfaire ses envies de voyage et son naturel curieux. Au retour en France, il est engagé comme Maître d'Hôtel à Eugénie-Les-Bains chez Michel Guérard, puis devient assistant du directeur du groupe Paul Bocuse à Lyon avant de prendre en charge la direction du restaurant gastronomique de Michel Troisgros au sein de l'Hôtel Lancaster à Paris. Passionné par la gastronomie, il aime passer du temps auprès des chefs et donne volontiers un coup de main en cuisine dans chacun des établissements où il travaille. En 2005, le couple décide d'acquiescer son indépendance et ouvre un établissement de charme l'Hôtel des Deux Rocs à Seillans, au cœur d'un village provençal. Si Nicolas aime passer de l'autre côté du miroir en prenant en main, de temps à autre, la cuisine et en créant les menus, il lui a néanmoins fallu attendre 15 ans pour concrétiser son rêve de devenir cuisinier, lorsque le couple tombe sous le charme du Relais Notre-Dame et décide de reprendre l'établissement, sans pour autant lâcher Les Deux Rocs. Nicolas Malzac exprime quotidiennement sa passion dans une cuisine régionale, une cuisine de goût et de partage. C'est la cuisine d'un épicurien nourrie par le souvenir des petits plats mitonnés par sa grand-mère, par ses rencontres avec des chefs d'exception, par les magnifiques produits des petits producteurs locaux et du marché de Riez tout proche. Ses voyages aux 4 coins de la planète sont autant de sources d'inspiration et sont l'occasion pour lui de ramener des produits qui surprendront le palais de ses hôtes. Sans nul doute serez-vous séduits par le charme des lieux, sa bonne table et aurez-vous envie de vous attarder pour découvrir les nombreux attraits de la région. Qu'à cela ne tienne ! Les treize confortables chambres, la piscine et le généreux petit-déjeuner maison vous permettront de prolonger très agréablement cette belle parenthèse.

LES BONNES ADRESSES DU CHEF

Fruits et légumes : Ô Saveurs d'Allemagne en Provence

Produits laitiers, volailles, œufs : Le Gavot à Oraison

Fromages de chèvre et faisselle : La Ferme Mistral à Quinson



LES MENUS

Menu Néandertal : 29 €, Menu Australopithèque : 37 €

Relais Notre Dame

RD11 route de Montmeyan, 04500 Quinson

Tél. : 04 92 74 40 01 - www.relaisnotredame04.com

POULPE

PETIT ÉPEAUTRE DE PROVENCE



Ingédients pour 4 personnes :

Pour le poulpe : 1 gros poulpe de 1,2 à 1,5 kg • 1 oignon • 1 poireau • 2 gousses d'ail • 1 bouquet garni • 2 carottes • ¼ de fenouil • 30 g de gingembre • 1 bâton de citronnelle • Le zeste d'un citron • 1 c à c de gros sel • 1 c à c de poivre en grain • 1 c à c de baies de genièvre • 1 poignée d'olives taggiasca • 1 c à s de persillade • Un peu de Pastis Bardouin pour le flambage • Épices arrabiata • **Pour le petit épeautre de Provence en risotto :** 500 g de petit épeautre de Provence • 1 gros oignon • 3 c à s d'huile d'olive • 1 verre de vin blanc sec • 1 l de bouillon de légumes maison • 1 bouquet garni • 2/3 c à s de crème fraîche • Parmesan râpé.

Préparation : 35 min / Cuisson : 2 h 30

Pour le poulpe : Mettre 5 l d'eau à chauffer dans une casserole. Ajouter les légumes épluchés et coupés en morceaux. Ajouter les épices, le zeste de citron, les condiments et porter à ébullition. Mettre le poulpe dans le bouillon et porter à nouveau à ébullition. Cuire à frémissement pendant 2 h à 2 h 30, puis le laisser refroidir dans son bouillon. Une fois le poulpe bien froid, couper les tentacules. Faire chauffer une poêle avec de l'huile d'olive et une noix de beurre. Rôtir les tentacules des 2 côtés, les flamber au Pastis, y ajouter l'arrabiata, la persillade et les olives taggiasca au dernier moment.

Pour le petit épeautre de Provence en risotto : Faire tremper le petit épeautre la veille, toute une nuit, puis l'égoutter. Faire suer l'oignon émincé dans une casserole avec l'huile d'olive. Ajouter le petit épeautre égoutté et mélanger le tout. Déglacer au vin blanc. Ajouter le bouillon de légumes et le bouquet garni. Ne pas cesser de remuer jusqu'à absorption du bouillon : le risotto doit rester très légèrement croquant ou « al dente ».

Finir en ajoutant la crème et le parmesan, le tout doit être très onctueux.



Accord mets-vin
Petra Veridis
Auguste Bastide
blanc 2018
AOP Pierrevet

IL ETAIT UNE FOIS

CHEFS JOAN ET JULIE

SAMPIETRO

Il est une adresse au cœur de Sisteron que l'on se passe de bouche à oreille, un restaurant bistrannique à la décoration moderne et accueillante où l'histoire s'écrit à 4 mains, celles de Julie et Joan Sampietro qui signent une cuisine d'auteurs privilégiant autant que se peut les filières courtes.

Les bonnes odeurs des petits plats mitonnés par sa grand-mère ne sont certainement pas étrangères à l'orientation professionnelle que prend Joan en intégrant les cours de l'École Hôtelière de sa ville natale Sisteron, puis le Lycée Hôtelier Bonneveine à Marseille. Cependant le déclic se fait véritablement lors de ses premiers stages auprès de Bernard Loiseau à Saulieu et à la Bastide de Moustiers chez Alain Ducasse où il se découvre une véritable passion pour ce métier. BTS en poche, Joan part peaufiner ses connaissances et faire ses premières armes au cœur de la Principauté de Monaco au Port Palace avant de rejoindre la brigade d'un établissement doublement étoilé La Réserve de Beaulieu. La nostalgie du pays se faisant sentir, son parcours se poursuit à Château-Arnoux à la Bonne Étape chez l'étoilé Jany Gleize où il rencontre sa future femme Julie. Alors âgé de 27 ans, Joan occupe sa première place de chef à la Bastide de Cabriès, le jeune couple décide d'ouvrir en 2012 son propre restaurant à Aix en Provence qu'il baptise « Il était une fois ». Le succès est au rendez-vous et Joan décroche en 2014 le Trophée Espoir PACA. Devenus jeunes parents, Julie et Joan se prennent à rêver d'élever leurs enfants à la campagne, mais pas n'importe laquelle, celle où Joan a ses racines familiales. Le deuxième chapitre du conte de fée s'ouvre sur l'ouverture d'un second restaurant à Sisteron en 2020 dont les deux complices n'ont pas de peine à trouver le nom « Il Était Une Fois Sisteron ». En cuisine, Julie élabore les desserts tout en légèreté et gourmandise, alors que Joan se concentre sur les plats, revisitant les classiques en y apportant une belle touche de modernité. Il livre une cuisine spontanée au plus proche des saisons et des petits producteurs du coin, laissant parler sa créativité et prenant plaisir à magnifier les produits simples. Résultat : des plats savoureux et généreux qui font saliver les papilles. La carte, renouvelée toutes les 3 à 4 semaines, nous conte la belle histoire d'une cuisine où les produits frais et locaux sont les héros. Avec des entrées s'intitulant « Tout à commencé », les plats « Quand soudain », le fromage « Pendant ce temps là » et les desserts « Tout est bien qui finit bien » vous êtes invités à écrire votre propre histoire gastronomique. Comment résister aux savoureuses propositions d'une carte évoquant les saisons qui se succèdent, comme ce velouté de panais œuf poché, mouillette ail et fines herbes ou encore cette épaule de veau braisée, gratin de blettes à la moelle de Joan. Impossible de faire l'impasse sur les desserts de Julie, parmi les délices du moment il vous faudra faire un choix difficile entre le dôme caramel au cœur de poire fondante, crumble noisettes et le baba au rhum diplomatico, coing rôti à la vanille d'Indonésie. Côté vins, plus de 100 références sur la carte et les conseils avisés de Paul qui assure un service efficace et souriant en salle.



LES BONNES ADRESSES DU CHEF

Veau : Boucherie Giraud à Sisteron www.boucherie-giraud.fr
Chèvre du Jabron : Gaec les Drailles, Aubin Michel à Bevons
Safran : Ferme du Gaec du Sasse, Rose-Marie Garcin à Bayons
Pommes de terre : Saveurs des Alpes à Pourrières

LES MENUS

Prix moyen à la carte : 45 €

Il était une fois

39 avenue Paul Arène, 04200 Sisteron
Tél. : 09 83 46 60 41 - www.iletaitunefois-sisteron.fr

ÉPAULE DE VEAU BRAISÉE, POMMES NOISETTE AU CŒUR CHÈVRE DU JABRON, JUS RÉDUIT THYM ET SAFRAN



Ingrédients pour 4 personnes :

Pour l'épaule de veau : 750 g d'épaule de veau • Sel • Poivre • 3 gousses d'ail • Huile d'olive • Bouquet garni
• **Pour les pommes noisette :** 400 g de pommes de terre nouvelles • 2 jaunes d'œufs • 3 œufs entiers
• 200 g de farine • 1 mélange d'herbes fraîches (persil, aneth, ciboulette, estragon...) • 2 tommes de chèvre frais de la vallée du Jabron • 80 g de beurre • 200 g de chapelure • Sel • Poivre.

Préparation : 1 h / Cuisson : 6 h

Pour l'épaule de veau : Faire chauffer un peu d'huile d'olive dans une poêle et colorer chaque face de l'épaule de veau. Mettre le bouquet garni, l'ail, le sel, le poivre dans une grande casserole d'eau jusqu'à ce que la viande soit entièrement recouverte. Porter à frémissement et laisser mijoter à feu doux durant 6 h 30 minutes avant de servir, prélever un peu de jus et le faire réduire. **Pour les pommes noisette :** Éplucher les pommes de terre, les mettre dans une casserole, les recouvrir d'eau froide et cuire, elles doivent rester fermes, lorsque le couteau traverse la pomme de terre sans résistance c'est cuit. Émincer les herbes fraîches. Égoutter les pommes de terre et les réduire en purée à l'aide d'un moulin à légumes. Remuer pendant quelques minutes la pulpe de pommes de terre pour la faire sécher (faire évacuer la vapeur). Incorporer le beurre, les herbes fraîches et les 2 jaunes d'œufs. Saler et poivrer. Préparer 3 bols : un pour les œufs et les fouetter, un pour la farine et un pour la chapelure. Couper le fromage en petits cubes. Prendre un cube de fromage et de la pulpe de pomme de terre et former une boulette en faisant en sorte que le fromage soit bien au milieu de la pomme de terre. Passer les boulettes dans la farine, puis dans le mélange d'œufs, puis dans la chapelure et réserver les boulettes sur un papier sulfurisé. Cuire les pommes noisettes à la friteuse à 130°C environ pendant 3 ou 4 min.



Accord mets-vin
Château Saint Jean
Cuvée Pimayon rouge



LE SEGUSTERO

CHEF NICOLAS BREMOND

Passé le portail de ce magnifique corps de ferme de la fin du XIX^e siècle, on oublie instantanément la situation de ce bistrot chic dans la zone de Sisteron Val de Durance pour se sentir transporté en pleine campagne. Selon la température, vous aurez le choix de vous restaurer dans l'ancienne cour de ferme à l'ombre de platanes centenaires ou dans la grande salle voutée pleine de cachet, en briques et pierres apparentes et à la décoration contemporaine pour déguster les petits plats du Maître Restaurateur Nicolas Bremond.

Même s'il aimait bien manger la savoureuse cuisine de sa grand-mère Janine et passer des moments en famille autour de bons repas, le petit Nicolas n'ambitionnait pas d'être un jour cuisinier mais rêvait plutôt à une carrière de rugbyman de haut niveau. Ne pouvant y accéder, il se rabat sur l'École Hôtelière de Sisteron où il découvre un nouveau monde qui n'est pas sans lui rappeler les valeurs de son sport favori : l'engagement, le travail d'équipe, la discipline. Il prend goût à ce métier exigeant et s'épanouit dans ce nouveau milieu. Clin d'œil à sa passion, il prend son premier poste de commis de cuisine au pays du rugby à Toulouse et y rencontre un chef exceptionnel, Pascal Yvon, qui le poussera à aller se former chez les étoilés. Il fait alors ses armes dans la brigade du restaurant gastronomique de Michel Sarran avant de partir pour Pujaudran au Puits Saint Jacques chez Bernard Bach, deux établissements doublement étoilés. L'envie de voyager l'amène à la Réunion chez un Maître Restaurateur où il restera presque deux ans avant de décider de rentrer en France avec l'idée d'ouvrir son propre restaurant. En attendant que son projet mûrisse, il enchaîne les saisons dans de prestigieux établissements du sud de la France : Reine Sammut à Lourmarin, Le Couvent des Minimes à Mane, l'Alta Peyra à Saint-Véran. Son père, Jean-Louis, se mobilise afin que le rêve de son fils se concrétise et découvre une ancienne ferme abandonnée à l'orée de la zone d'activité de Val Durance. Il encourage Nicolas à se lancer dans l'aventure. Le défi est immense, Jean-Louis décide de lâcher son cabinet dentaire et toute la famille se lance dans le projet, se partageant les tâches entre la construction et la gestion. Après un an et demi de travaux titanesques, Le Segustero (Sisteron en romain, l'établissement étant situé à proximité de la voie romaine) voit le jour en 2015 et Nicolas, à l'âge de 27 ans, se retrouve à la tête des cuisines. Vous l'aurez compris, Le Segustero est une belle histoire de famille. Si son parcours a amené jusqu'alors Nicolas Bremond à pratiquer une cuisine gastronomique, le jeune chef ambitionne plutôt de cultiver l'authenticité et de régaler ses hôtes d'une savoureuse cuisine de tradition revisitée où les viandes mijotées ont la vedette. Les pieds et paquets sisteronais se partagent le devant de la scène avec le bourguignon, les paupiettes et autres délices de la gastronomie familiale traditionnelle. Ce sportif dans l'âme a brillamment transformé l'essai et bon nombre de clients viennent chercher au Segustero leur petite madeleine de Proust. Ce qui n'empêche pas le chef d'apporter sa touche de créativité et d'exotisme, ses gambas grillées et accras de morue, piperade de légumes au chorizo, pignons de pins et chips de lard en sont le meilleur exemple. Les assiettes sont élaborées à partir de produits frais du terroir choisis avec le plus grand soin et les menus à l'ardoise changent tous les jours, privilégiant les circuits courts.



LES BONNES ADRESSES DU CHEF

Viande : Boucherie Jacques Gustini à Sisteron et Boucherie Giraud à Sisteron www.boucherie-giraud.fr

Fruits et légumes bio : Gaec Noble à La Saulce

Pain : Boulangerie de l'Horloge à Sisteron

LES MENUS

Menu du midi : 2 plats 20 €, 3 plats 24 €

Menu découverte : 34 €

À la carte : 45 €

Le Segustero

ZA Val De Durance, 7 Allée Des Frênes

Le Plan Roman, 04200 Sisteron

Tél. : 04 92 34 75 59 - www.lesegustero.fr

GIGOT D'AGNEAU DE 7 H



Ingrédients pour 4 personnes :

1 gigot d'agneau Sisteronais label rouge d'1,5 kg • 2 oignons jaunes • 3 carottes • 1 branche de céleri branche • 3 navets ronds • 15 pommes de terre grenaille • 1 bouquet garni (thym, romarin, sarriette, laurier) • 25 cl de vin blanc • Sel • Poivre.

Préparation : 20 min / Cuisson : 7 h

Marquer le gigot dans une cocotte ou une poêle bien chaude, saler et poivrer. Le faire rôtir de tous les côtés, laisser reposer. Faire revenir dans une cocotte ou une casserole la garniture aromatique coupée grossièrement. Déglacer la garniture avec le vin blanc. Laisser cuire pendant 10 min à couvert. Déposer le gigot et la garniture aromatique autour du gigot dans un plat à four. Mouiller à mi-hauteur avec le bouillon préalablement préparé. Ajouter le bouquet garni. Cuire le gigot au four à 130° C pendant 7 h à couvert (avec un papier aluminium par-dessus ou un couvercle). Dresser le gigot dans un plat avec ses petits légumes cuits dans le bouillon du gigot. Cuire les pommes grenailles à l'anglaise (eau bouillante salée). Couper les pommes grenailles en deux et les faire griller à la poêle. Dresser les pommes grenailles dans le plat avec le gigot.



Accord mets-vin
Domaine La Blaque
Cuvée Collection rouge
2017



LES ALPES DE HAUTE-PROVENCE UN TERROIR CONTRASTÉ

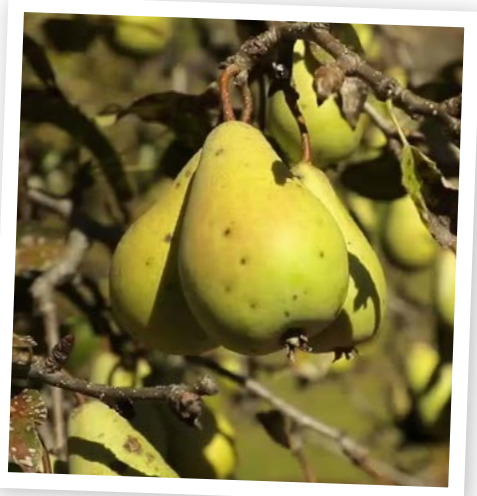
La pomme, l'amande, l'huile d'olive, les herbes de Provence, le fromage de Banon ou encore l'agneau de Sisteron... Nous vous proposons de partir à la découverte des nombreux produits de qualité de l'exceptionnel territoire des Alpes de Haute-Provence. Des produits parfois labellisés Appellation d'Origine Protégée (AOP), Appellation d'Origine Contrôlée (AOC), Indication Géographique Protégée (IGP) ou encore Label Rouge et des spécialités qui, à coup sûr, émerveilleront vos yeux et raviront vos papilles !

Par Aurélie Hallereau

LES PRODUITS STARS...

LES POMMES DES ALPES DE HAUTE-DURANCE IGP ET LABEL ROUGE

La culture des fruits dans les Alpes du Sud a pris son essor dans les années 1930 sous l'appellation « Pommes et Poires des Alpes ». Sucrées et légèrement acides, les pommes des Alpes de Haute-Durance profitent des 300 jours d'ensoleillement par an et des fortes variations de température de la région. Les pratiques de culture, reposant sur un faible arrosage, confèrent à la pomme son croquant et sa fermeté.



LA POIRE SARTEAU

Traditionnellement cultivée sur le terroir de la vallée de la Haute Bléone, la poire Sartheau se trouve dans les montagnes des Alpes sous deux variétés : la Blanche et la Rouge. Avec leurs jolies couleurs rouge, jaune ou vert clair, les poires Sartheau décorent merveilleusement les vergers pâturés. Ce fruit à cuire, était à l'origine fortement apprécié pour sa maturité tardive et ses valeurs gustatives. Ses qualités, son goût et sa texture, en particulier après cuisson, intéressent depuis longtemps les confiseurs de Digne-les-Bains ou d'Apt. De septembre à fin mars, la poire Sartheau agrémentait autrefois les tables familiales. Si les poiriers ont été un temps délaissés, comme la plupart des variétés anciennes des fruitiers, ils font désormais l'objet d'une revalorisation pour sauvegarder et préserver ce patrimoine précieux.



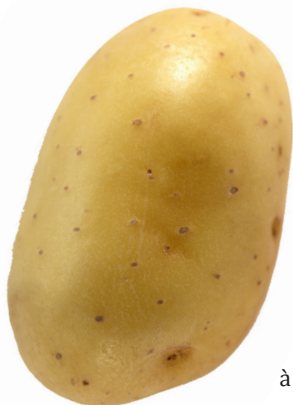
L'AMANDE DE HAUTE-PROVENCE

Les Alpes de Haute-Provence sont depuis toujours le berceau français de l'amande et en particulier le plateau de Valensole, situé au sud du département entre la Haute-Provence et le Verdon. Fruit aux nombreux bienfaits - il prévient notamment les maladies cardiovasculaires - l'amande de Haute-Provence est appréciée des confiseurs, pâtisseries et biscuitiers pour son nougat, ses pralines, ses croquants, ses macarons, ses biscuits, ses calissons, sa pâte d'amande sans oublier son utilisation en restauration ! Salée ou sucrée, elle se consomme sèche toute l'année à partir de sa récolte en septembre ou verte fraîche dite amandon fin juin début juillet.



LA CHÂTAIGNE

Produit phare des Alpes de Haute-Provence, la châtaigne porte en elle la saveur de son terroir. Ce fruit d'automne est très apprécié pour ses saveurs et les recettes qui en découlent. À chacune de ses périodes de récolte, la châtaigne se décline dans une consommation différente. Par exemple, au début de la saison, elle est cuite à l'eau salée avec du fenouil pour donner le ballotte. Elle se déguste également grillée et ravit les amateurs de mondine. La châtaigne offre des préparations diverses quand elle est transformée en farine, et elle se retrouve aussi dans les rayons des boutiques sous la forme de crèmes, marrons glacés, de liqueurs ou de délicieuses confitures.



LA POMME DE TERRE MONALISA

Apparue en 1982, la pomme de terre Monalisa est très appréciée notamment pour son bon rendement. Connue pour ses qualités culinaires et gustatives, cette variété, à la peau jaune pâle et à la chair jaune, peut être cuisinée en salade, en purée ou en soupe.

LES POIS CHICHES

Légumineuse ayant besoin de peu d'eau, le pois chiche est particulièrement adapté à la région des Alpes de Haute-Provence où les terrains sont principalement secs et caillouteux. Naturellement riche en fibres, protéines végétales, en acides aminés essentiels et en vitamines, le pois chiche est très bon pour la santé. Il est par ailleurs faible en matières grasses et ne contient ni gluten ni cholestérol. Les pois chiches peuvent être cuisinés de multiples façons.



LA PISTACHE

Comme l'olive et l'amande, la pistache est un produit ancestral du plateau de Valensole. Dans le sud de la France, sa culture remonte à l'époque romaine. Connue pour ses bienfaits culinaires et ses nombreuses vertus, la pistache est protégée et mise en avant par l'association Pistache en Provence.

HUILE ESSENTIELLE DE LAVANDE DE HAUTE PROVENCE AOC/AOP

L'huile essentielle de lavande de Haute-Provence ou Essence de lavande de Haute-Provence est obtenue par distillation à la vapeur d'eau des sommités fleuries de la lavande. Cette huile essentielle protégée par une AOC est parfaite pour donner aux desserts un subtil parfum de Provence.



LA LAVANDE

Répandue entre 500 et 1500 mètres d'altitude sur les versants ensoleillés des montagnes de Provence, la lavande vraie ou fine se caractérise par une longue branche d'un seul épi de fleur. La fleur de lavande est utilisée notamment dans les parfums ou pour faire des savons et a de nombreuses vertus : elle calme les insomnies, les maux de tête, les plaies, les coups de soleil, les piqûres d'insectes, les courbatures, les maux de gorge... Les fleurs de lavande sont souvent utilisées, infusées, dans les recettes de desserts, les glaces, les confitures, les yaourts, les sirops...



LE MIEL DE LAVANDE IGP ET LABEL ROUGE

Le miel de lavande et de lavandin, très local des Alpes de Haute-Provence, bénéficie d'un Label Rouge.

Fabriqué par les abeilles qui tirent le nectar exclusivement des fleurs de lavande au milieu de l'été, le miel de lavande profite d'une consistance douce et d'un goût qui lui est bien particulier.



LE SAFRAN

Épice aux nombreuses propriétés médicinales, le safran était traditionnellement cultivé sur le pourtour méditerranéen. En Provence, sa production était importante jusqu'au milieu du XIX^e siècle. Dans les Alpes de Haute-Provence, la production de cette plante bulbeuse a été relancée grâce notamment au soutien de l'association Safran Provence. Affaire de patience, pour obtenir 1 kg de safran sec, 200 000 fleurs sont nécessaires. En cuisine, le safran est utilisé pour sa couleur jaune orangé et son délicat parfum.



LES HERBES DE PROVENCE LABEL ROUGE

Mélange de thym, romarin, sarriette, basilic et origan séchés, les herbes de Provence ont obtenu le Label Rouge en 2003. Les plantes les plus aromatiques ont été sélectionnées et mises en culture afin d'obtenir un produit très qualitatif avec une parfaite teneur en huiles essentielles et des qualités organoleptiques irréprochables.



LE PETIT ÉPEAUTRE IGP

Plante rustique cultivée sur des terrains pauvres et dans des conditions climatiques rudes, la culture du petit épeautre ne nécessite ni pesticide, ni désherbant et que très peu d'eau. Très présents en Haute-Provence, les champs de petit épeautre côtoient souvent les plantations de lavande. Une trentaine de producteurs s'attachent à préserver un savoir-faire séculaire. La zone d'Indication Géographique Protégée se trouve sur 235 communes des quatre départements suivants : Alpes de Haute-Provence, Hautes-Alpes, Drôme et Vaucluse.



THYM DE PROVENCE IGP

Depuis 2018, le Thym de Provence bénéficie de l'Indication Géographique Protégée (IGP).

Ce thym, appelé « farigoule » en Provence, délivre des arômes puissants et un goût piquant, caractéristiques de la garrigue provençale.

Traditionnellement utilisé dans la cuisine méditerranéenne, il est aussi connu pour ses nombreuses vertus. On le trouve principalement en feuilles ou en bouquets secs qui exhalent ses arômes. Son aire de production s'étend sur cinq départements de Provence-Alpes-Côte-d'Azur et sa culture, en plein champ ou en milieu naturel, nécessite un véritable savoir-faire se basant sur la conservation de la fraîcheur et les arômes du produit. Les producteurs de thym de Provence font appel à un procédé de séchage ou de mise en surgélation rapide après récolte.

LA TRUFFE

Appelée selon les régions, truffe noire, rabasse, diamant noir, la truffe est produite sur les terres pauvres mais bien ensoleillées des plateaux de Valensole dans le Verdon et de Forcalquier en Haute-Provence. Le « diamant noir » de la Haute-Provence possède des qualités intrinsèques dues au climat particulier et au sol de sable et de pierre.





MIEL DE LAVANDE ET MIEL DE TOUTES FLEURS IGP

En plus de l'IGP, le miel de lavande et le miel de toutes fleurs peuvent aussi recevoir le label rouge. L'IGP et le label rouge garantissent tous les deux l'origine géographique et florale du miel mais le label rouge assure en plus un niveau de qualité supérieure. Incontournable, le miel de lavande est la star des miels de Provence. Infiniment variés, chaque miel toutes fleurs a la saveur de son terroir !

L'HUILE D'OLIVE DE HAUTE-PROVENCE AOC/AOP

Très fruitées, les huiles d'olive de Haute-Provence tiennent leur qualité d'un terroir unique et de la variété : l'aglandau. D'un vallon à l'autre, cette huile exprime des arômes spécifiques comme l'artichaut, la pomme ou l'herbe coupée. Plus largement depuis 2006, l'huile d'olive de Provence est protégée par une AOC, appellation d'origine contrôlée. Produit emblématique de la région, elle joue un rôle important dans la cuisine.



LAGNEAU DE SISTERON LABEL ROUGE ET IGP

Aussi appelé agneau César, l'agneau de Sisteron est exclusivement issu de races rustiques locales : Merinos d'Arles, Mourerous, et Préalpes du Sud. L'agneau de Sisteron bénéficie du fameux Label Rouge depuis 1995 et d'une IGP depuis 2007. La qualité d'élevage des agneaux par les bergers confère à la viande ses caractéristiques gustatives uniques, à savoir une viande d'une douceur et d'une tendreté exceptionnelles.

LE FROMAGE DE BANON AOC/AOP

Né sur les hauteurs d'un petit village médiéval adossé au plateau d'Albion entre Lure et le Ventoux, le fromage de Banon est un fromage fait exclusivement à partir de lait cru et entier de chèvre. Il est affiné dans des feuilles de châtaignier brunes, liées par un brin de raphia naturel.

De couleur crème ou mordorée, sa pâte, onctueuse à cœur, délivre au palais toutes les saveurs délicates des parcours et sous-bois de Haute-Provence.

LES SPÉCIALITÉS



LA TOMME DE L'UBAYE

Fabriquée à base de lait de vache pasteurisé, la Tomme de l'Ubaye est un fromage à pâte molle à croûte fleurie. Affinée deux semaines en cave, dans la vallée de l'Ubaye, cette tomme a un goût très doux.





L'ARGOUSIER

Avec sa teneur exceptionnelle en vitamine C, la baie d'argousier n'a pas son pareil pour renforcer les défenses immunitaires. Dans les Alpes de Haute-Provence, à Enchastrayes, David Viveau vous propose des jus, confitures et pâtes de fruits bio, thés et bonbons à base de ces baies. Des produits uniques et plein de vitalité fabriqués à partir de baies cueillies au Villard. La France compte à ce jour seulement 6 à 7 producteurs. Vous pouvez retrouver la production de David sur le marché de Barcelonnette, à la Maison de Pays de Jausiers et au supermarché Carrefour de Barcelonnette.

LE CROUZET

Élaboré dans les Alpes provençales, le crouzet est une pâte alimentaire pouvant prendre différentes formes en fonction de la région. Dans la vallée de l'Ubaye, le crouzet se présente comme une pâte ronde et plissée ; dans le reste des Alpes de Haute-Provence, il se trouve sous forme de lasagnes et en Savoie, les crouzets sont des petits carrés de pâtes sèches à base de sarrasin.



LES ESCARGOTS

Depuis une dizaine d'années maintenant, Agnès et Pierre Leonardi élèvent des escargots gros-gris de qualité dans le Verdon. À Forcalquier, ce sont Aubree Mulot et Cédric Adrian qui se sont lancés dans l'aventure. Ancien chef, Cédric propose des recettes gourmandes en plus des traditionnels escargots au beurre persillé.



LE GÉNÉPI

Le gènepi blanc aussi appelé gènepi jaune est une plante herbacée aromatique surtout recherchée pour la fabrication de liqueurs. Cette plante rare d'altitude est précieuse notamment pour ses nombreuses vertus médicinales. Véritable symbole de la Montagne, le gènepi est une plante qui, une fois récoltée et séchée, peut être utilisée pour faire des liqueurs, apéritifs, infusions, sirops, confitures ou pâtes de fruits.



LES TOURTONS

Autrefois servi au repas de Noël, le tourton, aussi appelé coussin du petit Jésus, est une spécialité typique de nos montagnes. Les tourtons peuvent être servis chaud ou froid, en entrée ou en dessert. Ils sont le plus souvent farcis à la purée de pomme terre, au chèvre, au reblochon, aux lardons, aux épinards ou à la viande ou fourrés à la compote de pomme, à la confiture de framboise ou de pâte à tartiner.



LA SECCA DE BOEUF LOVERA

C'est au cœur de la cité médiévale d'Entrevaux que le jeune boucher Robert Lovera a créé la Secca de bœuf Lovera. Ce produit de renommée nationale est une partie du bœuf tout aussi noble que goûteuse qui est salée puis séchée. Il est généralement consommé tranché finement en entrée. Aujourd'hui, seule l'entreprise Rigault fabrique la Secca de bœuf Lovera.

ELIANE BARREILLE

“Le réseau Régal favorise les circuits courts”

Le réseau Régal est un réseau dont le but est de faciliter la rencontre et l'échange entre les acteurs régionaux des différentes familles : producteurs, transformateurs, distributeurs et consommateurs notamment dans la restauration collective et grand public. L'objectif est de mobiliser à l'échelle d'un territoire, l'ensemble des acteurs de la chaîne alimentaire pour privilégier les circuits courts et éviter le gaspillage alimentaire. Pour cela, le collectif recense tous les acteurs du département pouvant aider les cantines à se fournir. Ce réseau est constitué sur la base du volontariat des fournisseurs à qui il ouvre des opportunités dans toutes les cantines scolaires. Cela fonctionne tant au niveau des collèges qui relèvent de la compétence du département que des lycées qui relèvent de la compétence de la région. En arrivant au département, j'ai souhaité améliorer le contact entre les cantines et les producteurs. Ainsi, j'ai recruté une personne chargée de cette mission avec toujours à l'esprit de privilégier les circuits courts pour l'alimentation à destination des écoles ou des EHPAD. Les plus jeunes, comme les plus âgés, doivent pouvoir profiter d'une alimentation saine à base de produits frais et locaux. C'est pourquoi, le réseau Régal est là pour offrir davantage d'opportunités aux agriculteurs et les aider à vendre leurs produits au plus près de chez eux. Le partenariat mis en place avec la région il y a quelques années, a permis au collectif d'éleveurs de fournir aujourd'hui 18 lycées dont la cuisine centrale de Marseille. Nous essayons au maximum, notamment pour la viande et les produits laitiers, de privilégier les circuits courts. Au quotidien, notre travail est de valoriser les bons produits du terroir et d'aider les producteurs à vendre leurs produits. Nous avons des producteurs fabuleux dans le département ! Même si les produits



Eliane Barreille, Présidente du Conseil départemental des Alpes de Haute-Provence

en circuit court sont souvent plus chers que les produits de grande distribution surgelés, nous nous devons de pousser les chefs de cuisine à choisir des produits frais pour cuisiner. C'est à la fois meilleur pour le goût, pour la santé et c'est valorisant pour eux ! Et nos efforts fonctionnent bien ! Aujourd'hui, dans nos collèges ou dans la cuisine centrale du Département, qui dessert 9 collèges, nous avons à peu près 50% des aliments qui proviennent de circuits courts. Nous travaillons à faire encore mieux notamment pour les zones de montagne, où c'est un peu plus difficile. La démarche Régal c'est mettre en phase des agriculteurs producteurs, avec toutes les possibilités que nous pouvons offrir, et des écoles pour les plus jeunes, des collèges, des lycées et des EHPAD... Et peut-être un jour les hôpitaux !



L'HUILE D'OLIVE UN PRODUIT PROVENÇAL UNIQUE À LA DOUBLE APPELLATION

Produit phare du département des Alpes de Haute-Provence, l'huile d'olive est réputée au niveau mondial. Sa finesse et son goût exceptionnel lui ont permis de décrocher une double appellation AOC/AOP. Une belle vitrine qui récompense un produit aux qualités organoleptiques irrésistibles.

Par Camille Sanchez - Photos : Rémy Cortin



La Provence est réputée pour ses spécialités et produits culinaires. Parmi eux, on retrouve l'huile d'olive, très présente dans les différentes recettes du bassin méditerranéen. Ce condiment est très apprécié par les Français, à tel point que l'Hexagone se classe à la 5^e place des consommateurs mondiaux et à la 19^e place des producteurs mondiaux.

En France, c'est en Haute-Provence que l'on retrouve la moitié de la production française, avec un verger composé de 400 000 arbres. Un nombre important qui s'explique par l'existence de ses oliviers depuis des siècles. Selon les informations du Syndicat AOC Huile d'olive de Haute-Provence, aucune trace écrite ne permet d'affirmer la date exacte de leur présence sur le territoire provençal. Il semblerait toutefois « qu'ils furent implantés lors de l'installation des premiers prieurés au X^e et XI^e siècles ». Depuis, certains crus de cette huile d'olive sont réputés mondialement pour leur finesse. De quoi concurrencer le trio de tête dans la production d'huile d'olive composé de l'Espagne, l'Italie et de la Grèce.

DES OLIVIERS CARACTÉRISTIQUES

Situés à l'adret des coteaux, à des altitudes moyennes comprises entre 400 et 700 mètres, les oliviers de Haute-Provence jouissent d'un microclimat particulier. De quoi les protéger des insectes et autres champignons parasites qui peuvent causer des dégâts importants dans les exploitations. Ces oliviers ont des caractéristiques bien particulières qui leur donnent des allures majestueuses : troncs trapus, mates volumineuses, ramifications vigoureuses, feuillage dense et retombant. En plus de leurs

attributs typiques, ils requièrent très peu d'intervention humaine. Concrètement, l'homme n'intervient que pour nettoyer les olives, les tailler et les récolter. Dans cette zone géographique, plusieurs producteurs sont spécialisés dans la culture de ce fruit vert. On y retrouve d'ailleurs sept moulins à l'instar du Moulin de Gréoux à Gréoux-les-Bains, du Moulin de Bonaventure à Valensole ou encore le Moulin de l'Olivette à Manosque. La plupart d'entre eux a d'ailleurs adapté ses installations aux techniques modernes de fabrication de l'huile, ce qui lui permet de conserver sa propriété originelle.

UNE HUILE PROTÉGÉE PAR UNE DOUBLE APPELLATION

En bouche, l'huile d'olive de Haute-Provence ne cache pas son grand caractère grâce à ses arômes variés, harmonieux et persistants. On lui trouve des notes d'artichaut cru, d'amandes fraîches et de pommes vertes de type Granny Smith. Un goût exceptionnel qui lui a permis d'obtenir, par décret, une Appellation d'Origine Contrôlée (AOC) le 13 décembre 1999. Mais ce n'est pas tout. Cette huile d'olive possède également une double appellation AOP (Appellation d'Origine Protégée) : l'AOP Provence et l'AOP Haute-Provence. Des labels de qualité qui mettent en avant cette huile d'olive encore peu connue jusqu'à ces dernières années. Et pour en savoir plus sur cet or vert, nous ne pouvons que vous recommander de vous rendre à l'Ecomusée de l'olivier à Volx. Dédié à la culture vivante de l'olivier et situé dans un ancien four à chaux du début XX^e siècle, l'olivier se révèle aux cinq sens. Une Boutique-épicerie fine vient compléter la visite. Au restaurant du musée, le Petit Ribier vous pourrez vous régaler d'une cuisine bistrot juste et inventive à base de produits frais et locaux.



L'OLIVIER

UN ARBRE QUI RACONTE L'HISTOIRE DU MONDE

La nuit avant d'être crucifié, Jésus s'est assis sous un olivier dans le jardin de Gethsémané. Sous cet arbre, jeune et frêle à l'époque, il demanda à son Père de l'aider. Clin d'oeil sur un arbre remarquable...

Par Liana Marabini, historienne de la gastronomie

Le jardin de Gethsémané, dont le nom signifie littéralement « pressoir d'olives », est situé sur une pente du Mont des Oliviers, juste en face de Jérusalem. Jésus s'y retirait souvent avec ses disciples pour prier. Le jardin existe encore, on y trouve des oliviers âgés d'environ 900 ans. L'arbre de Jésus y est encore lui aussi, il est le plus vieux du jardin des oliviers : il a plus de 2 000 ans. Les Hébreux connaissaient l'olivier bien avant Jésus, car parmi les biens de la terre de Canaan, qui leur avait été promise, se trouvaient les fruits de l'olivier. C'est à Jéricho, que furent découvertes les plus anciennes jarres à huile datées de 6 000 avant JC. Pour ce qui est de la culture de l'olivier, grâce aux échantillons de pollen trouvés dans les vestiges archéologiques, on estime qu'elle a commencé de manière intensive à partir du X^e siècle avant JC dans la ville de Byblos, près de l'actuel Liban. À l'époque, c'était un produit sacré qui était utilisé dans les sarcophages des pharaons, parmi d'autres produits, pour leur alimentation dans le transit vers l'au-delà. L'huile d'olive était également utilisée en pharmacopée et en cosmétique. Les huiles parfumées sont relativement proches de nos parfums actuels. De consistance plus ou moins liquides, elles étaient utilisées en petites quantités et étaient stockées dans de petits flacons d'albâtre ou de verre. Une partie de l'huile d'olive utilisée dans l'Égypte ancienne était d'importation. Le document le plus ancien et le plus fiable sur l'importation d'huile d'olive en provenance de Palestine et de Syrie pendant la IV^e dynastie est une tablette de terre cuite. Au Musée national de la civilisation égyptienne du Caire, on trouve des documents (papyrus) citant l'existence d'un olivier sacré à Héliopolis, pendant les V^e et IV^e dynasties. Dans les hiéroglyphes, dessins et statues des Égyptiens, on trouve de nombreuses références à l'olivier,

à ses branches ou au fruit. Sur la célèbre tombe de Toutankhamon, des branches d'oliviers forment la base des couronnes et divers ornements dans lesquels viennent s'entremêler d'autres fleurs. Un extraordinaire document écrit datant de l'Antiquité, le Code de Hammurabi, régit la production et la commercialisation de l'huile d'olive. Il s'agit d'un texte juridique babylonien daté d'environ 1 750 avant JC. À ce jour, il est le plus complet des codes de lois connus de la Mésopotamie antique. Gravé sur une stèle en pierre noire, il est aujourd'hui exposé au musée du Louvre (salle 227) à Paris. Le Code de Hammurabi, une longue inscription royale comportant un prologue et un épilogue glorifiant le souverain Hammurabi, est constitué de décisions de justice. Il a été redécouvert en 1901 à Suse en Iran. Toujours dans l'Antiquité, les Grecs vouaient un tel culte à l'olivier et à l'huile d'olive, qu'ils l'utilisaient comme élément essentiel des Jeux Olympiques. Tous les participants s'enduisaient le corps d'huile d'olive pour éviter les brûlures et les dégâts causés par les chutes, tandis que les gagnants recevaient une couronne et une branche d'olivier provenant du même arbre. Les Romains quant à eux, considéraient comme des barbares tous ceux qui substituaient le précieux nectar par des graisses animales dans leur alimentation. C'est dans l'Empire romain que la culture de l'olivier se développe et que les techniques de production de l'huile d'olive sont améliorées et perfectionnées. L'huile d'olive connaît son âge d'or, en particulier en Hispanie, nom donné à l'époque à l'actuelle Espagne, qui faisait partie de l'Empire romain. L'huile d'olive de Bætica (Andalousie) a également acquis une grande notoriété et, grâce à sa position stratégique sur la carte, elle a pu être commercialisée dans différentes parties du monde. « L'or liquide »,



comme Homère surnomme l'huile d'olive dans l'Odyssée, produite en Hispanie, était de très grande qualité et était exportée vers la capitale de l'Empire, Rome. Sur la base des documents dont on dispose, on estime qu'environ 30 millions de jarres d'huile d'olive ont été acheminées depuis l'Hispanie. Ces mêmes documents mentionnent que dans la ration alimentaire de l'armée romaine était comprise aussi l'huile d'olive, au même titre que le pain, les biscuits, la viande séchée et le grain. Les légionnaires romains n'utilisaient pas l'huile d'olive seulement comme aliment, mais aussi pour l'illumination, comme onguent corporel et comme remède médicinal. Sous l'Empire romain, les plantations se développent et de nombreux moulins sont construits. La culture de l'huile d'olive se retrouve alors dans toutes les provinces du pourtour méditerranéen et l'olivier devient un symbole de la modernité économique. Le commerce de l'huile d'olive s'est ainsi organisé au fur et à mesure des conquêtes et grâce au progrès de la navigation. Mais les Barbares et les premières invasions arabes sonnent le glas d'une période faste pour la culture de l'olivier. Il faut attendre les croisades et notamment le commerce de Venise pour que sa présence soit ranimée. Entre autres, les Templiers s'occupaient déjà de la fabrication de l'huile, obtenue à partir des olives arbequines, variété qui a été apportée de Terre Sainte par les mêmes chevaliers de l'Ordre du Temple. Mais c'est Venise qui relance la culture de l'olivier au Moyen Âge. Après sa quatrième croisade (au XIII^e siècle), Venise s'approprie d'importants territoires dont la Crète, qui est à l'époque l'une des premières régions productrices d'huile d'olive. En multipliant ses conquêtes au cours du XV^e siècle, Venise réussit à dominer le commerce méditerranéen notamment celui de l'huile d'olive. Utilisée pour la fabrication du savon et pour le traitement des textiles, l'huile d'olive est une denrée très demandée : Venise commercialise son huile dans toute l'Europe et réalise d'importants profits. Ce quasi monopole perdure jusqu'à l'arrivée de la concurrence portugaise à partir de 1497, date de l'ouverture de la route des Indes. Venise entre alors en décadence et le commerce de l'huile d'olive se déplace en Italie, en Grèce et surtout au Portugal, qui finira par s'imposer dans tout le commerce de l'huile d'olive ouest-européen et transatlantique. Ainsi, aux XV^e et XVI^e siècles, le Portugal prédomine le commerce de l'huile d'olive tandis que l'Italie devient le plus grand producteur d'huile d'olive du monde. Pendant la période de la Renaissance, ses huiles au goût riche et intense ornaient les tables des cours et de la noblesse de toute l'Europe. Les XVII^e et XVIII^e siècles ont été caractérisés par un grand développement de l'industrie de la parfumerie, qui utilisait,

entre autres ingrédients, l'huile d'olive. Dans la médecine du XIX^e siècle, les seuls cosmétiques recommandés étaient, outre les traditionnelles lotions à l'eau, « quelques onguents », dont l'huile d'olive. Elle était aussi administrée comme laxatif ou émétique et était encore utilisée pour traiter les empoisonnements. Combinée à des graisses et à des résines, elle était la base d'onguents et d'huiles pharmaceutiques utilisés comme émoulinants. L'huile d'olive pouvait aussi être administrée par voie orale pour le traitement des inflammations du tractus intestinal, dans les coliques, les diarrhées... Au fil du temps, l'huile d'olive a progressivement acquis la place qu'elle occupe aujourd'hui. Bien que les applications de l'huile d'olive aient varié, son utilisation dans l'alimentation a toujours prévalu. Avec l'arrivée du XIX^e siècle, et grâce au développement des réseaux ferroviaires, la culture des oliveraies s'est fortement accentuée en Espagne, si bien que le pays est devenu la plus grosse oliveraie au monde. Cependant, avec l'introduction de nouvelles méthodes de chauffage, la demande d'huile d'olive a diminué et, comme au Moyen Âge, son prix a augmenté. Ce siècle voit un autre phénomène se développer : l'importation de l'huile d'olive aux Etats-Unis, au Brésil et en Argentine. Le XX^e siècle a consolidé la solide réputation de l'huile d'olive en alimentation. La diète méditerranéenne est, depuis presque un siècle, considérée comme la meilleure pour la santé. Et comme autour du bassin méditerranéen, l'olivier a été la principale culture de l'Antiquité à nos jours, son huile est l'un des ingrédients principaux de son régime alimentaire. Selon les informations du Conseil Oléicole International, environ 98% des oliviers sont actuellement cultivés dans le bassin méditerranéen. Depuis février 2020, l'huile d'olive de Provence bénéficie d'une Appellation d'Origine Protégée (AOP). 464 communes sont couvertes par l'aire géographique de l'appellation, réparties sur sept départements. Cette zone s'étend sur 1 089 hectares où 59 moulins sont habilités à produire de l'huile d'olive de Provence AOP. 349 oléiculteurs ont identifié leurs vergers en huile d'olive de Provence AOP. Ils produisent environ 250 000 litres d'huile par an. C'est une région unique au monde, où mer et montagne se rencontrent, où il fait bon vivre et où la lumière a inspiré de grands artistes qui s'y sont installés à demeure. Parmi eux, Vincent van Gogh, âme torturée et immense artiste. Il a peint les oliviers dans 4 de ses tableaux dont Oliviers dans les Alpilles. Sur ce chef-d'œuvre, on peut admirer un arbre merveilleux qui représente en quelque sorte l'histoire du monde. L'olivier est un symbole universel de paix, de prospérité, de connaissance, de sagesse et d'espoir !



PRIEURÉ DE SALAGON

UN LIEU DE CULTURE EXCEPTIONNEL

Jardins, recherches et expositions rythment la vie de cet Ethnopôle qui accueillera une exposition sur l'olivier en 2023. Visite.

Par Philippe Sérénon - Photos : Rémy Cortin

Tout lecteur de MasterChef Magazine est fatalement un épicurien, encore faut-il bien s'entendre sur la signification de cet adjectif trop souvent galvaudé : il qualifie un mouvement de philosophie dont l'objectif est d'atteindre le bonheur par la satisfaction des seuls désirs « naturels et nécessaires ». C'est dans un petit jardin d'Athènes que cette doctrine, édictée par Épicure en 306 avant J-C, prit le nom d'épicurisme et par extension de « philosophie du Jardin ». Parmi les désirs naturels et nécessaires il y a ceux de la table mais il y a aussi ceux de la culture qui seront satisfaits ici à Salagon, dans ses bâtiments et ses jardins.

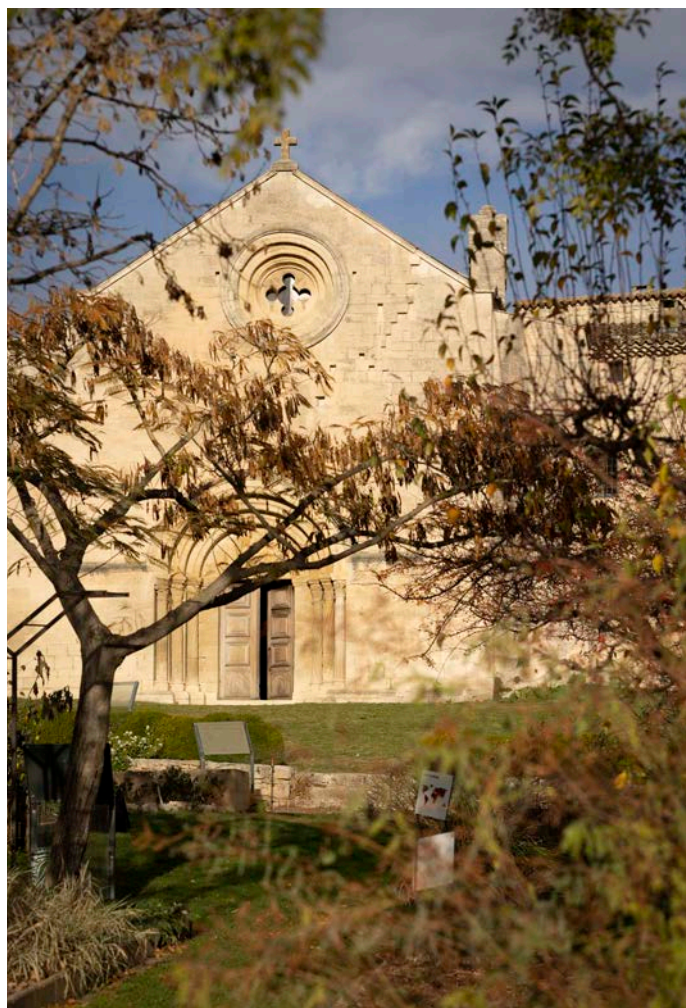
Le prieuré de Salagon est l'un de ces endroits magnifiques où l'exceptionnelle architecture le dispute à la beauté des jardins et où chacun y trouvera un peu de bonheur. Si le lieu n'a peut-être pas encore une notoriété d'ampleur nationale, il est par contre reconnu depuis longtemps par le ministère de la Culture de même que par de nombreux experts, comme un site absolument remarquable. Des recherches y ont été entreprises dès le milieu du XIX^e siècle et, en 1912, l'abbé Arnaud d'Agnel en fit une première monographie historique. Sur ce site, géré par le département des Alpes de Haute-Provence, plusieurs dizaines de milliers d'objets ont été mis au jour pendant la première moitié du XX^e siècle, c'est dire si ce lieu est important et porteur d'histoire...

TOUS LES CHEMINS Y VIENNENT DE ROME

Au sud de Forcalquier, dans la plaine de Mane entre Lure et Luberon, le prieuré est situé sur la Via Domitia qui reliait à l'époque romaine l'Italie à l'Espagne. On trouve des traces d'implantation d'une *villa* agricole dès le I^{er} siècle puis d'une basilique chrétienne entre le V^e siècle et le XVII^e siècle au pied de laquelle existait une nécropole. Être enterré près d'une église raccourcissait le chemin vers le Seigneur disait-on. Elle fut en partie rénovée au XVI^e siècle puis le prieuré fut entièrement reconstruit selon les standards de la Renaissance. Après la Révolution française, le domaine est vendu comme bien national à un certain Roustan et l'église laissée à l'abandon, avant de passer en 1830 dans les mains de la famille Calixte. L'ensemble du prieuré, des jardins et des terres furent cédés à la Commune de Mane puis au Département des Alpes de Haute-Provence en 1981. On y entama des recherches archéologiques systématiques à partir desquelles des restaurations de grande qualité furent réalisées et que l'on admire encore aujourd'hui, conduisant aujourd'hui à un bâtiment intègre magnifique. Les fouilles se sont poursuivies depuis les années 60 jusqu'en 2017, d'abord sous l'impulsion de l'association « Alpes de Lumière ». Le prieuré fait toujours l'objet d'une attention particulière, c'est un conservatoire où l'ethnologie le dispute à la botanique et le Département des Alpes de Haute-Provence s'attache à préserver et à valoriser ce double patrimoine remarquable depuis de nombreuses années. Salagon était rattaché à l'abbaye bénédictine Saint-André de Villeneuve-lès-Avignon particulièrement bien implantée en Provence intérieure. C'était le prieuré le plus important et le plus riche de cette abbaye, comme en atteste le fait qu'il était un des établissements religieux les plus imposés du diocèse de Sisteron. Prieuré rural, il n'était occupé que par un seul moine assisté de quelques frères ce qui explique qu'il soit réduit à une église, au logis prioral et à des dépendances agricoles, le tout dans un espace clos. Son nom est incertain entre référence au sel, donc à l'eau, ou au saule dont les romains tiraient une plante médicinale.

DE L'ARCHITECTURE ROMANE À CELLE DE LA RENAISSANCE

Lorsque l'on arrive à Salagon, le prieuré paraît relativement petit, perdu dans un paysage de plaine au milieu de ses jardins. Mais cette première impression est trompeuse et dès que l'on passe le porche, on se rend compte de l'importance de cet ensemble. L'église avec ses arc-boutants extérieurs massifs évoque le style roman provençal avec des touches d'art roman alpin mais la chapelle à l'intérieur, est gothique. L'une des particularités de cette église est d'avoir de petites sculptures isolées, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur, qui animent les murs de cet édifice roman assez strict. Ces petits bas-reliefs sont plutôt des fantaisies d'ouvriers que l'œuvre de sculpteurs chevronnés. Une fois le programme de restauration terminé, le ministère de la Culture sélectionna le projet de l'artiste Aurélie Nemours pour créer des vitraux contemporains pour les six baies dont deux oculus. Les vitraux furent installés en 1998, ils sont uniformément monochromes d'un rouge pourpre, soulignés de lignes noires tracées au plomb. Leur couleur de feu diffuse, dans tout l'édifice du matin au soir, une lumière extraordinaire qui redonne vie aux stricts murs romans. Au soleil couchant la lumière qui passe par l'oculus occidental envahit l'église d'une chaude couleur, l'ensemble appelant à la sérénité et donnant une approche du sacré. Par une porte latérale de l'église on rejoint la cour caladée (pavée) par laquelle on accède au logis prioral. La porte d'entrée est surplombée par une moulure en anse de panier au-dessus de laquelle s'élève une tour gothique en pans coupés à trois étages, dotée de fenêtres de plus en plus petites. A l'intérieur, un magnifique escalier à vis dessert au premier étage le logis noble du prier. C'est



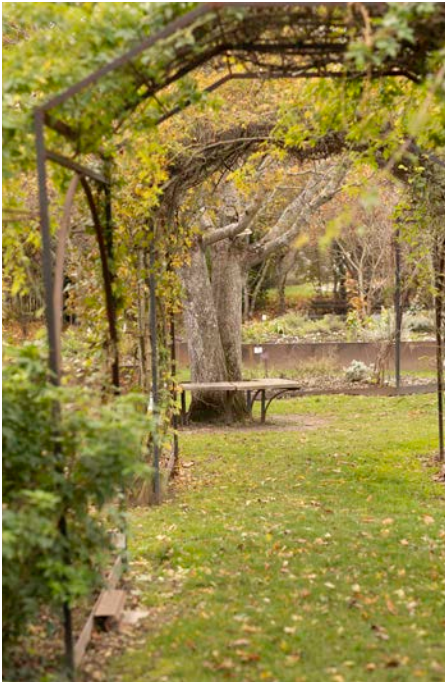
un bel exemple de logis provençal de la fin du XV^e siècle, gothique tardif, début Renaissance. On retrouve ce style dans le Petit Palais à Avignon, dans l'actuel musée arlaten et la commanderie Sainte-Luce à Arles comme au Château Vieux de Lourmarin et à l'hôtel de Pontevès à Viens. L'une des pièces qui donne sur le sud et l'ouest est éclairée par une baie d'angle à meneaux et croisillons aussi originale que rare d'où l'on voit toute la plaine de Mane jusqu'au Luberon et la trouée de la Roque de Volx. De l'autre côté de la cour, en face de l'église se situaient les bâtiments d'exploitation et dépendances. Une grange à usage agricole a été aujourd'hui transformée en salle d'exposition sur deux niveaux de 150 m² chacun.



Clémentine Noeueglise, Responsable des jardins



« Les jardins de Salagon ont renouvelé leur label Jardin remarquable en janvier 2022 »



DES JARDINS LABELLISÉS REMARQUABLES

En 1986, grâce au concours de l'ethnobotaniste et écrivain Pierre Lieutaghi, assisté d'une équipe de jardiniers chevronnés, furent créés des jardins ethnobotaniques autour du prieuré médiéval. Le terme ethnobotanique, né il y a 25 ans, qualifie les relations entre les hommes et leur environnement végétal qu'il soit matériel, comme se soigner ou se nourrir, ou plus symbolique, comme célébrer les dieux. Il y a cinq jardins à thèmes : le jardin médiéval, le jardin des senteurs, le jardin des simples, le jardin des temps modernes et le jardin du chêne blanc qui rassemblent plus de 2 000 espèces et variétés de plantes indigènes et exotiques. Le programme d'animation est dense et de qualité, que ce soit à destination des scolaires comme des universitaires ou encore et surtout du grand public. Nombreuses sont les sollicitations pour des expertises et des contributions concernant ici un jardin en Corse, là un jardin en Italie... Les jardins ont renouvelé leur label Jardin remarquable en janvier 2022 pour une durée de cinq ans.

LE MUSÉE-CONSERVATOIRE ET SES SALLES D'EXPOSITION

Après le rachat du prieuré en 1981, fut créé, à l'initiative de l'association « Alpes de Lumière », le conservatoire du patrimoine ethnologique de la Haute-Provence, véritable centre de documentation et de recherche, fondé sur les acquis de l'association, les enquêtes ethnologiques et les collections de

nombreux objets, photographies anciennes et documents écrits ou sonores. Cet ensemble devait progressivement constituer les témoignages matériels et immatériels de la vie quotidienne en Haute-Provence. En 1985, pour favoriser la conservation des collections, un musée fut créé et officialisé par la direction des Musées de France. Parallèlement à l'ouverture dans le prieuré des premières salles de présentation permanentes, des expositions temporaires sont régulièrement organisées. À partir de l'an 2 000, le musée est repris en régie directe par le Département des Alpes de Haute-Provence et depuis, ce musée départemental, membre de la Fédération des écomusées et musées de société, bénéficie du label « Musée de France ». Profondément transformé et enrichi depuis cette date, il a pour objectif de faire comprendre ce qui fait le paysage, la société et la culture des habitants de la Haute-Provence. Le site est ouvert du 1^{er} février au 15 décembre et accueille un peu moins de 30 000 visiteurs par an venant de toute la France, Marseille étant à moins d'une heure d'autoroute et Apt à moins de 45 minutes. Une équipe de 17 personnes travaille à l'accueil, la librairie, la boutique et les jardins englobant la médiation et les aspects scientifiques, sous la houlette d'Antonin Chabert, directeur du musée et des jardins de Salagon, chercheur associé à l'IDEMEC, Institut d'Ethnologie Européenne Méditerranéenne et Comparative (CNRS).



Antonin Chabert, Directeur de Salagon, musée et jardins

UNE GRANDE EXPOSITION SUR L'OLIVIER EN 2023, EN PARTENARIAT AVEC AVIGNON UNIVERSITÉ

Outre l'exposition permanente qui en elle-même justifie la visite, les expositions temporaires participent de l'animation du lieu. Elles s'articulent autour de l'histoire et de la dynamique contemporaine avec pour ambition de faire réfléchir sur des thématiques variées, sans vocation artistique. Il y eut, entre autres, une exposition sur les maisons de Jean Prouvé à Saint-Auban. Une nouvelle exposition sur les jouets anciens, en partenariat avec le musée de Castellane, démarrera en février 2023. La prochaine grande exposition de 2023, organisée en partenariat avec Avignon Université, sera dédiée à l'olivier. Elle se situe dans le cadre d'un programme européen en partenariat avec des universités portugaises et grecques et avec la collaboration du Mucem. Le sens de cette exposition est de montrer combien l'olivier tient une place particulière et a un statut singulier en Méditerranée. Il exprime toujours un sens positif et consensuel en étant synonyme de prospérité. C'est un lien fédérateur et il est particulièrement symbolique aujourd'hui alors que la Méditerranée est traversée par des enjeux économiques, sociétaux et géopolitiques qui nous font parfois oublier notre appartenance commune à cet univers qui fut le creuset de notre civilisation. Certains oliviers ont plus de mille ans et étaient donc là lorsque le prieuré de Salagon fut érigé, n'est-ce pas un symbole magnifique ?

La première salle présentera les usages, imaginaires et représentations associés à l'olivier en Méditerranée. La deuxième aura pour thème la transmission des techniques, les liens émotionnels et patrimoniaux autour de l'arbre. La

troisième présentera les différentes huiles du monde avec des cartes des zones de production et de consommation qui vont du Brésil à la Chine. Elle mettra en regard les nouveaux usages ornementaux, l'avènement de l'arbre décoratif et en même temps les enjeux et défis posés par la crise écologique. La quatrième montrera les initiatives et les engagements d'acteurs et communautés du pourtour méditerranéen qui valorisent le patrimoine de l'olivier, le réinventent ou s'impliquent dans des actions d'innovation : oleiculteurs, membres d'associations, entrepreneurs... Sera aussi présenté un ensemble de plusieurs objets de marqueterie en bois d'olivier venant des collections de Salagon ou du musée de l'olivier de Cagnes-sur-mer. Il y aura aussi bien sûr une animation avec une expérience olfactive. Le commissariat de l'exposition est assuré conjointement par Julie Deramond (Avignon Université) et Antonin Chabert, le directeur du musée, la scénographie étant faite par l'agence L'omnibus de Volx. Des partenaires privés soutiennent cette exposition comme Territoires de Provence.

Pour conclure, il ne saurait y avoir de visite du département des Alpes de Haute-Provence sans un passage au prieuré de Salagon où la curiosité des petits comme des grands sera satisfaite et où les plantes aromatiques des jardins vous mettront en appétit si vous échappez aux sorts, bons comme mauvais, que certaines plantes du jardin médiéval peuvent jeter aux visiteurs indéclicats !

Salagon, musée et jardins

Le Prieuré, 04300 Mane
Tél. : 04 92 75 70 50
www.musee-de-salagon.com

EXPOSITION « L'Olivier, notre arbre »

Du 25 mai 2023 au 15 décembre 2024

LE MOULIN PASCHETTA HENRY

Une entreprise centenaire

Dans les Alpes de Haute-Provence, là où le Luberon rencontre les Gorges du Verdon, le moulin Paschetta Henry, à Oraison, fête ses 100 ans. Son histoire est avant tout celle d'une famille d'immigrés italiens arrivée en France à la fin du XIX^e siècle, puis celle de trois générations qui le feront tourner jusqu'à nos jours, où sont fabriqués des huiles d'olive et des savons.

Propos recueillis par Philippe Heullant - Texte : Julie Dallemagne - Photographies : Rémy Cortin



La famille Henry avec de gauche à droite : Vincent, Virginie, Françoise et Michel

C'est avec passion et non sans une pointe d'émotion que Michel Henry relate l'histoire de ses grands-parents, les fondateurs du moulin Paschetta Henry, à Oraison. Celle-ci démarre autour de 1895 lorsque Joseph Paschetta, alors âgé d'un an, débarque à Marseille avec ses parents, un couple d'agriculteurs italiens originaires de la province de Cuneo. Le père, rapidement employé dans une laiterie du quartier de Mazargues, décède alors que le petit Joseph a une dizaine d'années. Sa mère, désormais seule avec son fils, déménage à Oraison sur les conseils d'une cousine qui y réside. Elle y rencontre Monsieur Gilbert, le propriétaire du magnifique moulin d'Oraison vieux de plusieurs siècles, avec qui elle se met en couple en 1905. En 1914, quand la guerre éclate, Joseph, qui n'est pas encore nationalisé français, est sommé de rejoindre le front italien, où il se bat contre les Autrichiens. Au retour du front, il apprend le métier au moulin aux côtés de son beau-père, Monsieur Gilbert, qui en a fait son protégé, et rencontre une jeune immigrée italienne, comme lui, qu'il épouse. Fernande vient d'une famille aisée de la région de Mondovi, les Barberis. Son père, à la tête d'une entreprise de vente de matériaux de construction, fait édifier à l'entrée d'Oraison une grande maison avec une cave voûtée où stocker sa marchandise. À son décès prématuré (il a 45 ans), elle revient en héritage au jeune couple. Joseph et Fernande décident d'y établir au rez-de-chaussée, en 1922, le moulin que l'on connaît aujourd'hui : le Moulin Paschetta Henry.

LA FABRICATION DE L'HUILE D'OLIVE

Au début du XX^e siècle, le moulin était un moulin à sang, c'est-à-dire un moulin actionné par l'énergie humaine ou animale. « À cette époque, c'était un cheval nommé Papillon, qui mouvait le broyeur à olives ! ». La pâte obtenue était disposée sur des scourtins (des tapis filtrants), ensuite empilés sur une presse à vis. Après avoir serré, le jus du fruit était extrait, et on le laissait décanter dans des cuiviers. Il s'agit là de la méthode la plus traditionnelle de fabrication de l'huile d'olive, par pression à froid. Aujourd'hui, et depuis les années 2 000, le moulin emploie la méthode d'extraction par centrifugation. La pâte d'olives broyées est envoyée dans un extracteur centrifuge qui sépare le jus de la chair et des noyaux. Ce jus est ensuite centrifugé pour obtenir l'huile. La fabrication de l'huile est un service que propose le Moulin Paschetta Henry, mais aussi le Moulin de Peyruis, créé par Michel Henry, aux producteurs de la région. Chacun peut faire produire sa propre huile, à condition de disposer d'un minimum de 150 kgs d'olives. Les exploitants venant avec une récolte moins importante, à partir d'1 kg, peuvent contribuer à la trituration en commun (500 ou 600 tonnes en moyenne chaque année) et à la fabrication de l'huile Moulin Paschetta Henry. À la fin de la saison (la fabrication a lieu en novembre, parfois jusqu'à mi-décembre), chaque contributeur vient chercher l'huile à laquelle il a droit, selon son apport, inscrit dans le registre de la maison. « J'ai encore le



registre de mes grands-parents ! », s'exclame Michel Henry. L'huile d'olive (extra vierge) du Moulin Paschetta Henry est une huile fruitée avec des notes de verdure poivrée caractéristique des fruits de l'olivier du département, l'aglandau. Elle est disponible nature ou aromatisée au basilic ou au citron, dans la boutique du moulin et sur le site en ligne.

DE L'HUILE D'OLIVE AUX SAVONS PRODUITS SELON LA MÉTHODE MARSEILLAISE

Soucieux d'assurer la pérennité de ce moulin centenaire, Michel Henry n'a pas hésité à en diversifier l'activité. Il produit aujourd'hui des savons à base d'huile d'olive (et/ou d'huile de coco). Cette initiative, née de l'intérêt de Michel Henry pour la chimie (suite à ses études dans le domaine), voit le jour dans les années 80. La vente de savons représente aujourd'hui environ 25% du chiffre d'affaires de l'entreprise, et Michel souhaite la développer davantage. « Le réchauffement climatique complique la production d'olives, l'arbre lutte pour survivre quand les variations de température sont trop importantes. Et nous sommes fortement impactés quand les récoltes sont trop maigres ». Les savons sont fabriqués artisanalement selon la méthode et le savoir-faire marseillais et, donc, cuits au chaudron. Deux formes sont proposées : **le savon brut**, directement sorti des mises (les bacs) et coupé en petits pains, comme au XVII^e siècle. Composé de 60% d'huile d'olive, il peut se décliner ensuite au miel, à la lavande ou même au monoï. **La savonnette**, elle, est faite de copeaux de savons séchés, broyés et amalgamés puis parfumés à l'orange, à la verveine ou au chèvrefeuille... Ce sont des produits appréciés pour leur composition sans colorant, sans conservateur, garantie sans huile de palme et sans graisse animale, biodégradable et respectueuse de l'environnement. Ils sont par ailleurs plébiscités pour leur douceur, qui se prête particulièrement à une utilisation sur peau sensible, et adorés de tous les amoureux de la Provence...



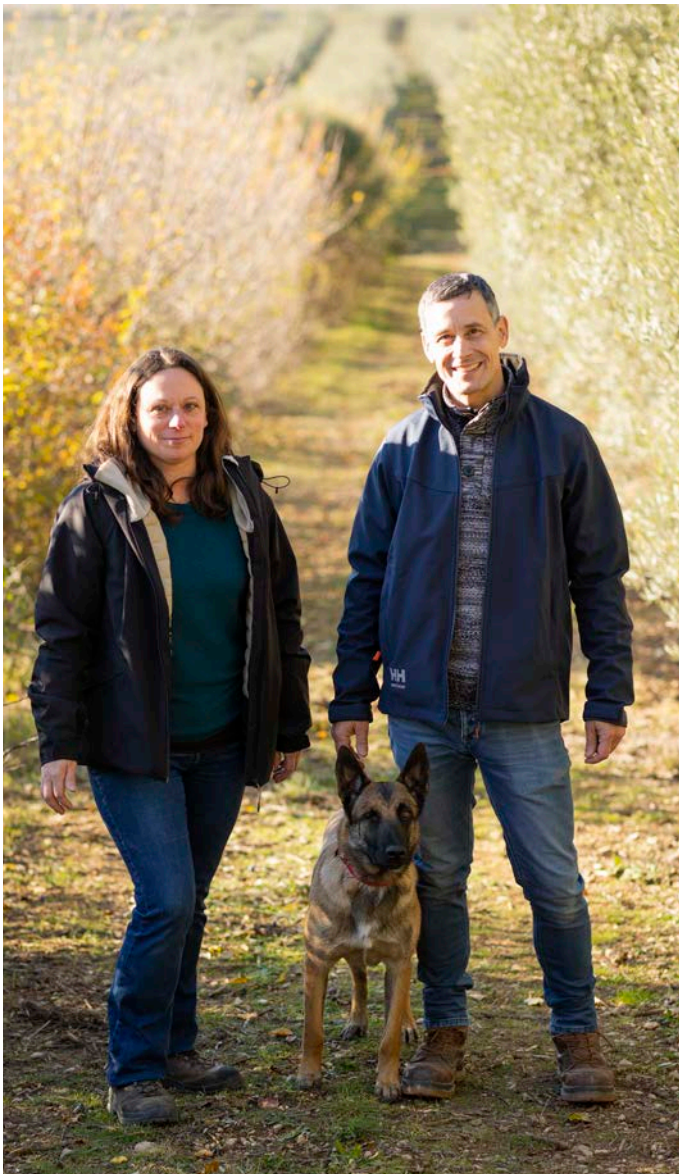
Moulin à huile Paschetta Henry - Maison fondée en 1922
4 avenue Charles Richaud, 04700 Oraison
Tél. : 04 92 78 61 02 - www.moulinpaschetta-henry.fr

Moulin à huile Paschetta Henry - Maison fondée en 1922
Zone artisanale Mardaric, 04180 Peyruis
Tél. : 04 92 68 04 12 - www.moulinpaschetta-henry.fr

LE MOULIN SALVATOR UN DOMAINE DE PLUSIEURS SIÈCLES

Depuis plus de 100 ans, le domaine du Moulin Salvator produit l'une des meilleures huiles d'olive de France. Situé dans les Alpes de Haute-Provence, plus particulièrement dans le hameau Les Mées, ce domaine de plusieurs siècles est aujourd'hui dirigé par Sophie et Frédéric Pinatel, héritiers de ce superbe royaume d'oliviers. Rencontre avec deux producteurs d'huile d'olive passionnés qui nous ont ouvert les portes de leur domaine.

Propos recueillis par Philippe Heullant - Texte : Aubin Bouillé - Photos : Rémy Cortin



Sophie et Frédéric Pinatel

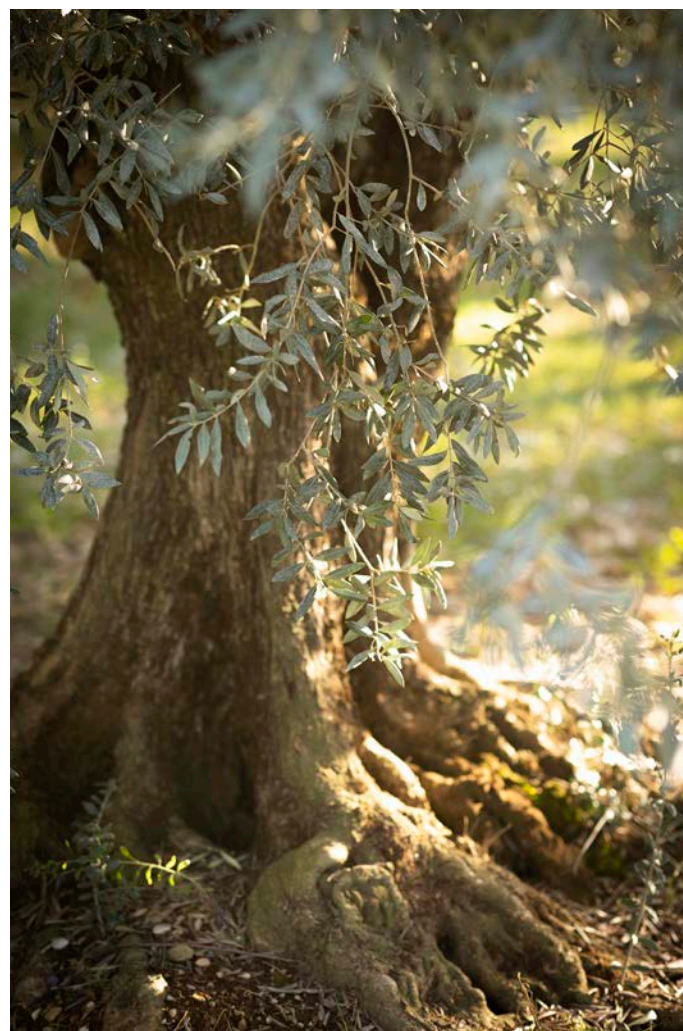
Le Moulin Salvator a été créé dans les années 1800 par Monsieur Salvator, le maire de la commune Les Mées. En 1902, la famille Pinatel rachète ce domaine. Aujourd'hui, Sophie et Frédéric Pinatel sont la cinquième génération de la famille à prendre soin du Domaine Salvator.

DES PRODUCTEURS ATYPIQUES

Même si la famille Pinatel possède le Domaine Salvator depuis des décennies, la production d'huile d'olive est arrivée tardivement. C'est le grand-père de Frédéric, en tant que passionné, qui s'est lancé sur ce marché qui n'avait pourtant pas le vent en poupe à l'époque. À leur arrivée, les deux cousins ont fortement développé le domaine. Aujourd'hui, leur propriété d'environ 120 hectares comprend 45 hectares d'oliviers. En tout, leurs 12 000 arbres produisent 20 à 30 000 litres d'huile d'olive par an. « Nous sommes un peu atypiques sur le marché de l'huile d'olive, dans le sens où nous sommes producteur moulinier, une famille à part dans le secteur de l'oléiculture », précise Frédéric. « Dans ce secteur, une grosse partie des producteurs sont des particuliers passionnés possédant des olivettes. Il y a quelques producteurs de métier, ils font souvent une agriculture d'à-côté, il y a très peu de gros producteurs ».

LE SECRET DE LEUR EXCELLENTE HUILE D'OLIVE

Il n'y a pas vraiment de secret dans la fabrication de leur huile d'olive. Pour obtenir une huile d'olive de qualité, Frédéric et Sophie se sont appuyés sur les méthodes de leurs aînés, qu'ils ont ajustées. « Nous avons continué la culture de l'aglandau », déclare Frédéric. Il s'agit de l'olive traditionnelle des Alpes de Haute-Provence qui survit très bien aux températures basses : « elle est bien accrochée aux arbres et résiste très bien au mistral », précise Sophie. Il y a dix ans, Sophie et Frédéric ont décidé de se lancer dans la bio-agriculture. « Depuis quatre ans, tous nos produits sont bios », explique fièrement Sophie. « Nous avons toujours eu une politique du zéro pesticide », souligne son cousin Frédéric. Mais alors, pourquoi leur huile est-elle aussi bonne ? « Si notre huile d'olive est excellente c'est grâce à notre terroir. Le terroir de la commune Les Mées est réputé pour concentrer les arômes des olives. Qui plus est, l'aglandau s'adapte très bien à ce climat froid », nous raconte Frédéric. « Ici, nous prenons le mistral



de plein fouet et c'est très bon pour les oliviers. Ce mistral assainit l'arbre et empêche le développement des champignons. Le fait de sécher les olives, cela concentre les arômes». Les deux membres de la famille Pinatel ont un atout solide dans leur manche, «notre gros avantage réside dans le fait que nous possédons à la fois des oliviers et un moulin. Le fruit n'attend pas, nous le travaillons tout de suite après la récolte. Et puis, nous n'avons pas besoin d'acheter d'olives», précise Sophie. Frédéric complète les propos de sa cousine en affirmant que : «le producteur moulinier peut presser sa récolte le jour même alors qu'un producteur doit trouver un moulin ce qui laisse un laps de temps avant que les olives soient pressées.»

UN MOT D'ORDRE : LA QUALITÉ

Le Domaine Salvator est extrêmement réputé. Pour preuve, Sophie et Frédéric travaillent avec plusieurs grands chefs cuisiniers, avec des épiceries fines en France et à l'étranger et vendent aux particuliers grâce à leur site internet et leur point de vente au moulin. Largement reconnu sur la scène gastronomique, le domaine a gagné de nombreux concours et médailles. «Nous avons remporté une médaille d'or à Athènes, une à Rome et depuis 2012, nous gagnons tous les ans le concours du Salon de l'Agriculture à Paris», nous rapporte fièrement Sophie. Le Domaine Salvator propose une gamme de quatre Cuvées d'huile d'olive biologique : deux huiles d'olives mûres Cuvée Vieux Oliviers et Cuvée Légende (au goût d'olives noires) et deux huiles d'olive Fruité Vert Cuvée Durance et Cuvée Paradis. Autant de produits préparés dans le respect le plus total de la nature et des matières premières. Le moulin privilégie toujours la qualité à la quantité : «ici, le mot d'ordre est la qualité que nous faisons toujours primer. Pour vous donner une idée, notre rendement est de 15% cette année quand d'autres producteurs atteignent plus de 25%. Nous pourrions produire à peu près 40% de plus en termes de quantité d'olives, mais nous privilégions la qualité de concentration d'arômes dans les fruits».

Domaine Salvator

Campagne Salvator - Hameau

04190 Les Mées

Tél. : 04 92 34 00 45 - www.domainesalvator.fr





MOULIN FORTUNÉ ARIZZI

Un écrin verdoyant pour une huile d'exception

C'est dans un domaine provençal datant du XVII^e siècle qu'est produite l'une des meilleures huiles d'olive françaises. Le lieu accueille gratuitement les visiteurs pour leur faire découvrir ses oliviers, son histoire et ses produits du terroir.

Propos recueillis par Philippe Heullant - Texte : Dorothée Blancheton - Photos : Rémy Cortin

C'est en Haute-Provence, dans la vallée de la Durance, que se trouve le Moulin Fortuné Arizzi, producteur récoltant depuis plus de 50 ans de l'une des meilleures huiles d'olive française. Le moulin produit une huile d'olive vierge extra pur terroir, pressée à froid, à partir de trois variétés d'oliviers présents sur son domaine : l'Aglandau, la Picholine et la Frantoio. L'Aglandau est un olivier du pays qui donne une huile très verte et très fruitée. « Comme pour le vin, le terroir est très important. Ici il est excellent pour l'huile d'olive car le sol est riche en cailloux. Ils captent la chaleur en journée et la restituent la nuit », souligne Jean-Charles Arizzi, producteur récoltant du Moulin Fortuné Arizzi. La Picholine, native de Provence, permet d'obtenir une huile moins verte mais très forte quand elle est utilisée seule. La Frantoio, importée de Toscane, donne quant à elle une huile très verte, très douce et onctueuse. L'huile du Moulin Fortuné Arizzi est composée exclusivement d'olives cueillies sur son domaine. Ensuite, ces trois variétés sont pressées et assemblées dans le moulin du site pour donner à cette huile sa saveur très spécifique. Celle-ci exprime alors pleinement ses arômes d'artichaut, d'amande et d'herbe coupée. « Ce qui distingue notre huile d'olive, c'est sa couleur très verte et cet assemblage qui lui donne son goût très fruité, fort, long et agréable en bouche », confie Jean-Charles. Cette huile d'olive peut se déguster nature en filet sur une salade mais elle supporte aussi la cuisson, jusqu'à 210°C. Ses qualités gustatives lui ont permis d'accéder aux plus prestigieuses tables. Elle a ainsi été plébiscitée par le Georges V à Paris et le Majestic à Cannes. Le Moulin fournit également les meilleurs restaurateurs de la région



Jeanne Arizzi et son fils Jean-Charles Arizzi



comme Jany Gleize, de la Bonne Étape, dont le restaurant est étoilé dans le guide Michelin depuis près de 60 ans, le chef Guillaume Sourrieu de L'Épuisette à Marseille... Dans la commune des Mées où est établi le domaine, le restaurant La Marmite du Pêcheur fait également honneur à cette huile. On peut aussi la trouver dans les épicerie fines. Et cette reconnaissance s'exprime également par des récompenses. Le Moulin a obtenu en 2013 la médaille d'or dans la catégorie des huiles de caractère au concours international de l'huile d'olive à New York, face à 650 concurrents venus de 22 pays.

DES PRODUITS VARIÉS

Outre son huile d'olive vierge extra, le domaine assemble également une délicate huile à l'arôme de truffe. Ce produit d'excellence se vend très bien notamment dans les épicerie fines autour de la place de la Madeleine à Paris. En complément, on trouve dans la boutique du domaine ainsi que sur son site de vente en ligne, une sélection de produits régionaux destinés aussi bien au petit-déjeuner qu'à l'apéritif : tapenades, terrines, pâte de tomates séchées, confitures, miel de lavande... Et si l'olive est un plaisir pour le palais, elle l'est aussi pour la peau et les cheveux qu'elle vient nourrir et assouplir. Elle est ainsi utilisée dans divers cosmétiques proposés dans la boutique : savon à base d'huile d'olive, gel douche aux extraits de fleurs d'olivier, crème pour les mains...

DES VISITES GUIDÉES OFFERTES

Avec ses 8 000 oliviers et son domaine verdoyant de 28 hectares, le Moulin Fortuné Arizzi vaut le détour. « Au départ, c'était un

prieuré, puis un comte l'a occupé. Quand mes parents, Fortuné et Jeanne Arizzi, l'ont acheté en 1964, ça appartenait à un frère et une sœur. Le mas était à l'abandon et mes parents en ont fait un moulin », se souvient le producteur. Désormais, le domaine accueille gratuitement les individuels et les groupes pour leur faire découvrir son mas du XVII^e siècle typiquement provençal, mais aussi le fonctionnement du moulin, l'histoire et la culture de l'olivier, la production de l'huile, ses bienfaits pour la santé, son usage dans la cuisine provençale... Les visiteurs visionnent ainsi une vidéo pédagogique unique « de l'Olivier à l'Huile d'Olive », entièrement réalisé par les équipes du Moulin, avant de partir en direction de l'écomusée du pigeonnier, réalisé par Les Amis des Mées (une association locale qui œuvre pour la mise en valeur du patrimoine) avec le soutien du domaine. On peut y observer une belle variété de nids de pigeons, des photos de pigeonniers... La visite se poursuit avec la dégustation de l'huile d'olive vierge extra et la découverte de quelques produits de la boutique. Les visiteurs peuvent ensuite emprunter le sentier botanique du domaine pour admirer la quarantaine d'essences méditerranéennes et exotiques présente : oliviers, amandiers, mûriers platanes... La visite complète est offerte et accessible toute l'année.

Moulin Fortuné Arizzi

Le Mas Des Pins, Les Bourelles
04190 Les Mées
Tél. : 04 92 34 04 80
www.moulinarizzi.com



Pour visiter
la boutique



LE MOULIN DE L'OLIVETTE

Une coopérative au service de l'oléiculture

Guy Pagliano, Président et Grégory Lémé, Directeur, nous donnent rendez-vous à Manosque pour découvrir les coulisses du Moulin de l'Olivette. Cette coopérative presque centenaire met encore aujourd'hui sa passion et son savoir-faire au service de l'oléiculture et de ceux qui la font.

Propos recueillis par Philippe Heullant - Texte : Julie Dallemagne

UNE COOPÉRATIVE PROSPÈRE MALGRÉ LES COUPS DURS

Le Moulin de l'Olivette est un moulin à huile créé en 1928 sous le statut de coopérative agricole. Lors des premières années, l'activité est florissante et la petite entreprise traite rapidement d'importants volumes d'olives : plus de 600 tonnes en 1932 et plus de 500 tonnes à l'aube de la seconde guerre mondiale. Mais le 29 novembre 1944, le bâtiment de la coopérative est détruit par une déflagration, lorsque des explosifs, stockés par des résistants, sont malencontreusement déplacés lors d'un déménagement. L'accident provoque la mort de quatre personnes et mène à la fermeture du moulin pendant huit ans. Ce n'est qu'en 1952, à l'inauguration d'un nouveau bâtiment construit avec l'aide de l'État, que le Moulin de l'Olivette relancera ses machines. Après une première petite production de 61 tonnes pour la reprise, la maison atteint les 845 tonnes d'olives broyées en 1953 et prend alors un nouveau départ. En 1956, année de gel historique dans toute la France, qui n'épargne pas la Provence, le moulin subit un nouveau coup dur... « Les vergers étaient gelés à hauteur de 80 voire 100% selon les parcelles », raconte Guy Pagliano. Il faudra une dizaine d'années à la région oléicole pour s'en remettre, la production reprendra progressivement au Moulin de l'Olivette. Depuis, notamment avec la mise en avant de ses bienfaits dans la presse, l'huile d'olive a le vent en poupe et l'entreprise broie autour de 500 tonnes chaque année, « sauf cette année, qui est très mauvaise, nous espérons faire 300 tonnes », explique Guy Pagliano. Si l'équipe estime qu'elle pourra obtenir environ 60 000 litres d'huile d'olive pour le poids d'olives traitées en 2022, en réalité, le rendement peut être très variable. « Tout dépend de l'état phytosanitaire des olives qui varie selon le climat, la typicité des arbres et les attaques d'insectes », précisent Guy Pagliano et Grégory Lémé.



Guy Pagliano et Grégory Lémé



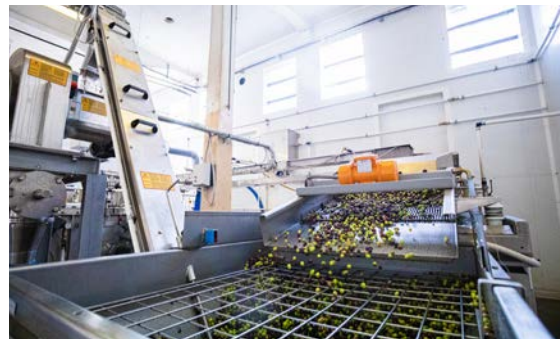
LE TRAVAIL COLLECTIF POUR MODÈLE

Dans la pratique, chaque oléiculteur souhaitant intégrer la coopérative achète des parts sociales et en devient actionnaire. Le Moulin de l'Olivette propose deux modes de fonctionnement : **en « lot particulier »**, l'oléiculteur fait produire sa propre huile moyennant 0,45 € par litre extrait. Il apporte ses olives (le minimum est de 200 kilos) et repart le lendemain avec ses bidons d'huile fraîchement extraite ; **en « lot commun »**, tous les apports (hors lots particuliers) à partir de 10 kilos sont mis dans les cuves et l'oléiculteur reçoit ensuite sa part en nature, c'est-à-dire 60% de l'huile issue de son apport. Il peut aussi opter pour revendre son dû à la coopérative. « C'est une organisation collective. En mutualisant les efforts, on devient plus forts et donc on se donne plus de moyens, ce qui permet d'augmenter le prix d'achat des huiles, c'est un cercle vertueux », explique Grégory. Pour soutenir les oléiculteurs adhérents dans un contexte d'inflation (engrais, essence...), le moulin a augmenté de 8% le prix de rachat de l'huile AOP en 2022, une démarche engagée qu'il n'a pourtant pas répercutée sur ses tarifs. « Cela a été une vraie volonté de notre part de ne pas augmenter les prix en boutique. Nous avons anticipé l'augmentation des matières premières en stockant massivement les matériaux ou en négociant nos tarifs en énergie deux ans à l'avance, par exemple », détaillent les dirigeants.

*« Notre organisation est collective.
En mutualisant les efforts,
on devient plus forts ! »*

CINQ GAMMES D'HUILE D'OLIVE LOCALE

Aujourd'hui, dans les deux boutiques de Manosque et Gréoux-Bains, en épicerie fine et sur le site de vente en ligne, cinq gammes de produits sont proposées par le Moulin de l'Olivette : **l'huile AOP Provence**, faite de 2 variétés d'olives ; **l'huile AOP Haute Provence** (aussi disponible en bio), faite à partir de 90% d'Aglandau et, dans certains cas, d'une seconde variété. « L'Aglandau, qui pousse très bien dans notre région, donne du corps et de la puissance à l'huile. Elle est très prisée par les chefs et autres connaisseurs » ; **l'huile d'olive classique de France**, médaillée chaque année, elle peut inclure jusqu'à sept variétés locales (l'Aglandau, la Picholine, qui apporte de l'amertume, la Bouteillan, plus légère et ronde en bouche, la Caillon, la Salonenque ou encore la Frantoio. Cette huile, issue de la production en « lot commun », offre un assemblage aléatoire de variétés selon les apports et un registre aromatique incomparable. « C'est le territoire qui fait tout », assure Grégory. Cette huile provient de l'extraction d'olives jeunes, le « fruité vert », et est appréciée pour ses vitamines, ses antioxydants et pour ses notes d'herbe coupée, de banane verte, d'amande verte, d'artichaut cru ou encore de poivre vert... **L'huile d'olive mûrée ou « à l'ancienne »**, faite d'olives mûrées en décembre, évoque l'olive noire, la tapenade ou la noisette. « Elle rappelle l'huile d'antan ». **L'huile aromatisée**, au citron, au basilic, à l'ail, et bientôt au thym, à la coriandre, au persil et au piment d'Espelette. Les aromates frais, récoltés au maximum 24 heures avant, sont pressés avec les olives pour un produit naturel, sans ajout d'arômes ni d'huiles essentielles.



DES HUILES D'OLIVE DE QUALITÉ

Les huiles du Moulin de l'Olivette se distinguent pour leur longévité (un an et demi à deux ans) et leur qualité. « Les olives viennent pour beaucoup de jardins de particuliers qui n'emploient pas de pesticides et qui ramassent à la main. Elles ne sont pas abimées par les paniers électriques et donc pas oxydées. La variété donne une grande richesse aromatique que l'on respecte en ne faisant pas de filtration, en travaillant à température ambiante et en faisant décanter pendant deux à trois mois » Les objectifs du Moulin de l'Olivette, selon le binôme de gouvernance (Guy, actuel président et Grégory, directeur depuis deux ans) sont de moderniser la coopérative, enrichir le service et passer à du 100% local pour la matière première, notamment pour les herbes aromatiques.

Moulin de l'Olivette
 2 avenue du Moulin Neuf
 04100 Manosque
 Tél. : 04 92 72 00 99
www.moulinolivette.fr



© C. Joly



© V. Brouhin



© F. Exibis



© C. Joly

MUSÉE DE PRÉHISTOIRE DES GORGES DU VERDON

Par Luc Saint-Elie

Dans les basses gorges du Verdon, à équidistance entre les lacs d'Esparron et de Sainte-Croix, Quinson est un agréable village du XV^e siècle à l'histoire originale. En 1946, un habitant de Quinson, Bernard Bottet, féru de Préhistoire, découvre la grotte de la Baume Bonne. Ce monument historique, occupé depuis 400 000 ans recèle les traces les plus anciennes du passage de l'Homme dans les gorges du Verdon. La présence de l'Homme de Néandertal y est aussi attestée. Quelques décennies et de multiples fouilles scientifiques plus tard, le petit village dispose de l'un des plus grands Musées de Préhistoire en Europe. Il a été conçu par Norman Foster, architecte de renommée internationale, pour proposer à ses visiteurs une expérience de découverte immersive, interactive et ludique...

Le musée lui-même s'étend sur deux niveaux. À contre-pied des musées d'histoire naturelle habituels, le Musée de Préhistoire des gorges du Verdon propose une approche originale et vivante de la Préhistoire avec des reconstitutions de la vie quotidienne, des animaux en taille réelle dont un mammouth et un spectacle multimédia pour un véritable voyage dans le temps. L'exposition permanente restitue

les résultats des fouilles réalisées depuis plusieurs décennies par les scientifiques. Une à deux fois par an, elle est complétée par des expositions temporaires thématiques.

En avril 2022, à côté du musée, a été ouvert un Préhistosite permettant une immersion totale dans la Préhistoire. Avec cinq habitats et un dolmen reconstitués grandeur nature, d'après des données archéologiques et selon des techniques de construction traditionnelles, les enfants seront conquis ! Le Préhistosite propose aussi un lieu de fouilles fictives et diverses animations pour apprendre à tailler un silex, faire du feu, tirer à l'arc, lancer une sagaie au propulseur... La grotte, cet extraordinaire site naturel classé monument historique, se visite, sous réserve d'avoir une bonne condition physique pour emprunter le sentier qui y mène. Ne manquez pas la nouvelle exposition Néolithique. Les villages de Chalain & Clairvaux, patrimoine de l'humanité du 1^{er} février au 10 décembre 2023.

Musée de Préhistoire des gorges du Verdon

Route de Montmeyan, 04500 Quinson

Tél. : 04 92 74 09 59 - www.museeprehistoire.com





LES COMTES DE PROVENCE DES CONFITURES AU SAVOIR-FAIRE D'EXCELLENCE

Installée depuis 1986 au cœur des Alpes de Haute-Provence près de Manosque, la manufacture familiale agroalimentaire Agro'Novae est devenue une référence en termes de Confitures Biologiques. Depuis plus de 30 ans, l'entreprise d'Yves Faure propose des produits aux qualités gustatives reconnues en France et à l'international.

Propos recueillis par Philippe Heullant - Texte : Camille Sanchez - Photos : Rémy Cortin



Yves Faure

La Provence est une région riche en saveurs qui propose des produits plus délicieux les uns que les autres. C'est le cas notamment des confitures de la marque « Comtes de Provence ». Avec plus de 6 millions de pots vendus chaque année, cette marque de confitures bio s'est fait une place dans les épicerie fines et les supermarchés français dont elle est devenue le leader national.

Elle exporte en outre près de 30% de ses fabrications : confitures mais aussi compotes pâtisseries, miels de Provence et condiments culinaires provençaux tels que des confits. La marque propose plus d'une centaine de recettes sur ses différentes gammes. Elle est ainsi devenue au fil du temps et du travail, un emblème de la Provence et de sa gastronomie : une référence qui existe depuis maintenant 36 ans et dont s'occupent quotidiennement une cinquantaine de personnes.

UNE HISTOIRE QUI PERDURE DEPUIS 1986

L'histoire commence à Manosque par le rachat d'un petit fonds artisanal de fabrication de confitures suite au départ à la retraite de son propriétaire. Quelques années plus tard, en 1992, la municipalité du petit village de Peyruis souhaite créer sa propre zone d'activités de l'espace Saint-Pierre. L'entreprise y voit l'occasion de s'y développer dans de meilleures conditions techniques et logistiques, dans un beau bâtiment proche d'une des sorties de l'autoroute des Alpes. « On a fait partie des toutes premières entreprises à avoir une usine construite par la commune dans le cadre d'un atelier relais. Cette dernière nous a ainsi mis le pied à l'étrier avec l'aide des subventions européennes liées à la classification en zone de montagne. Nous avons ensemble pris les risques de cet investissement important et en avons été récompensés » raconte Yves Faure. À ses débuts, l'entreprise a un positionnement de conserverie plutôt généraliste. « Nous faisons non seulement des confitures, mais aussi des plats typiquement provençaux salés tels que des tapenades ou du taboulé ». Un mélange de produits d'épicerie différents qui obligera plus tard l'entreprise à faire des choix et à se consacrer uniquement sur sa partie sucrée. « Aujourd'hui, nous avons une double offre qui nous a bien réussi : nous proposons d'une part une gamme de recettes Provence dans laquelle on trouve des confitures, compotes, miels et confits ; d'autre part une gamme de confitures bio très riche en fruits (65 à 75%) et allégées en sucre développée depuis le début des années 2000 à la demande de la grande distribution qui cherchait une marque nationale de confitures à proposer à ses consommateurs à côté de ses marques distributeurs dans ses espaces Bio. « On y



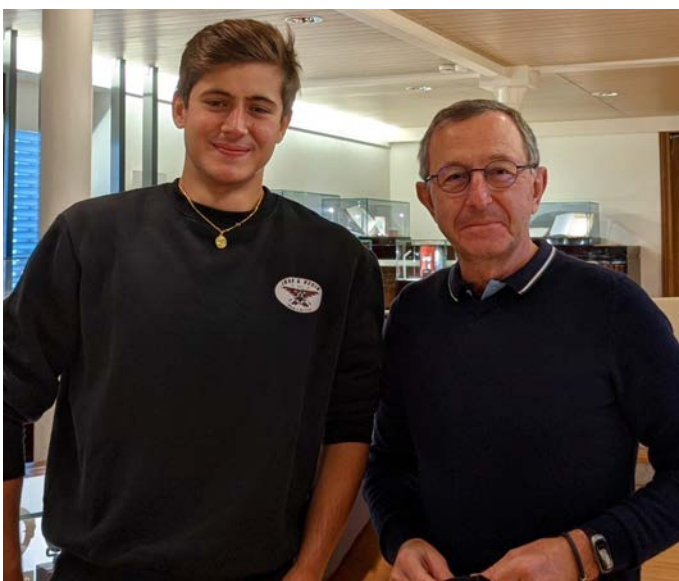
Jérôme Lang, Maître Confiturier et Lydéric Faure

*« Comme La Provence, les confitures
Comtes de Provence sont riches
en fruits et en goûts... »*

a vu une opportunité et on s'est dit pourquoi pas. Nous sommes ainsi rentrés chez Auchan, Système U, Intermarché, Leclerc... ». Ce tournant vers le BIO pris au début des années 2000 a donc porté ses fruits puisqu'aujourd'hui cette gamme représente près de 80% des ventes totales. Depuis sa création, la Manufacture n'a cessé de grandir à tel point qu'elle a dû étendre son bâtiment passant des 3 000 m² de départ aux 6 000 m² actuels. Son dirigeant Yves Faure a pour objectif de continuer cette belle histoire en continuant à grandir tout en préservant son indépendance et son caractère familial : son fils Lydéric est actuellement en quatrième année d'école d'ingénieurs et va continuer à se former pendant une dizaine d'année à l'étranger afin de reprendre à terme la direction de l'entreprise.

UN SAVOIR-FAIRE TRADITIONNEL D'EXCELLENCE

Depuis la création des Comtes de Provence, la fabrication des confitures est faite de manière traditionnelle grâce à des « Maîtres Confituriers » qui sont derrière chaque chaudron de cuisson. « Ce sont eux qui déterminent le temps et la température de cuisson, la quantité de pectine de fruits à mettre pour faire prendre la confiture et celle de jus de citron. C'est une façon de travailler traditionnelle qui va assez bien avec l'idée que se fait le consommateur de la confiture », explique le dirigeant. Pour le cœur de ses recettes, l'entreprise a choisi de n'utiliser que des fruits préalablement préparés et surgelés de manière individuelle sur leurs différents lieux de production, en France et en Europe : ce pour avoir le choix le plus large possible en termes de qualité gustative. Un choix « gagnant pour le consommateur » si l'on en croit Yves Faure qui précise que la décongélation des fruits se fait de manière lente, en froid positif, afin que cette dernière soit progressive et ne fasse pas éclater avant cuisson les cellules renfermant les arômes. « La qualité de nos fruits est excellente, la fabrication des confitures se fait le plus tard possible par rapport à la mise en marché et sans saisonnalité : et notre contrôle qualité est bien meilleur que si on achetait des fruits frais. En plus, on a cet avantage écologique de ne transporter que ce qui nous est utile pour la préparation de nos recettes ». Si ces confitures sont très riches en fruits, elles sont également allégées en sucre (-30%) « Nous n'utilisons en plus que du sucre de canne de très grande qualité. De manière générale, il a une naturalité qu'on ne trouve pas dans le sirop de glucose ou le sirop de betterave utilisés de manière générale par les autres confituriers : c'est un choix fort de l'entreprise qui parfois pose des problèmes d'approvisionnement » détaille Yves Faure. Aujourd'hui, la gamme bio est l'une des ventes les plus importantes des « Comtes de Provence ». Elle a su évoluer gustativement avec les changements d'attentes des consommateurs. « Dans les 15 dernières années, nous nous sommes tournés vers des produits au goût de fruits plus prononcés et surtout moins sucrés. Aussi vers des recettes simplifiées et plus naturelles.



Lydéric et Yves Faure



Nous avons essayé de suivre cette tendance de consommation vers plus de Naturalité et cela s'est avéré un succès en France et à l'étranger. Aux États-Unis, par exemple, nous exportons des recettes Light 50% moins sucrées que les produits traditionnels», confie son créateur.

UN SAVOIR-FAIRE D'EXCELLENCE LABELLISÉ PAR L'ÉTAT

Sur l'ensemble de sa chaîne de fabrication, la manufacture a su mélanger des activités artisanales pour la cuisson des recettes et d'autres plus industrielles comme le remplissage des pots, le capsulage, le refroidissement ou l'étiquetage. Un mode opératoire qui lui a permis d'obtenir en 214 le label d'Entreprise du Patrimoine Vivant décerné par l'État. « C'est un label d'excellence du savoir-faire français. Actuellement, 1 400 entreprises, tous métiers confondus, l'ont obtenu, principalement des métiers d'art ». Au vu de son succès, la Manufacture ne compte pas s'arrêter là. « Nous sommes déjà leader en grande distribution française avec 25% de parts de marché hors marques distributeurs sur les confitures bio. Mais il faut continuer car nos produits ne sont pas encore disponibles dans tous les magasins. » Pour étoffer sa présence, l'entreprise travaille sur le développement de la vente directe : « Actuellement, nous avons notre boutique d'usine et un site internet qui marche très bien. On s'est fixé l'objectif d'atteindre 20 à 30% de nos ventes par ce canal. Nous en sommes actuellement à près de 10% ». Une envie de se tourner davantage vers le numérique qui est important pour Yves Faure. « Je le vois déjà comme un service pour nos consommateurs. Avoir une offre de vente directe très large leur permet de disposer de la totalité des produits fabriqués et pas uniquement d'un petit nombre de recettes référencées par nos distributeurs vers lesquels bien sûr nous les renvoyons. Cela nous permet aussi de créer une communication directe avec eux en leur expliquant les problèmes auxquels nous pouvons être confrontés ou en mettant en avant nos atouts et spécificités ». Si les ventes sur le marché français sont conséquentes et tendent à le devenir davantage, elles le sont aussi au niveau international. Les confitures « Comtes de Provence » sont vendues sur trois grandes zones géographiques : Amérique du Nord (États-Unis, Canada et Mexique), Asie-Pacifique (Corée, Japon, Thaïlande, Malaisie, Singapour, Taïwan, Australie) et Europe (sur une dizaine de pays). Aujourd'hui, l'export pèse ainsi à peu près 30% de ses ventes.

UN RÉFÉRENTIEL RSE PME+ RECONNU

En plus du label d'Entreprise du Patrimoine Vivant, la manufacture a choisi de mettre en œuvre le référentiel de Responsabilité Sociétale des Entreprises PME+. Un moyen d'exprimer ses engagements en faveur de l'emploi local, de l'environnement et de ses valeurs humaines. « Notre référentiel est de plus apprécié par certains distributeurs. Ces derniers vont organiser des mises en avant de nos produits labellisés PME+, des opérations promotionnelles spécifiques, des catalogues publicitaires, des têtes de gondole en magasins ou des salons. » De plus, la manufacture est visitable sur rendez-vous et a ouvert une boutique d'usine, développant ainsi un véritable tourisme industriel. « Un référentiel RSE qui débouche directement sur une activité économique, c'est assez rare », ajoute Yves Faure. Avec ses 40 000 pots fabriqués par jour, Comtes de Provence n'a pas fini de régaler ses consommateurs et de faire rayonner le savoir-faire français à l'international.

Visite guidée de nos ateliers

Venez découvrir nos secrets de fabrication traditionnelle en visitant nos ateliers le mardi à 9h30 (de mai à octobre sauf août). Réservation par téléphone au 04 92 33 23 10 ou par mail à comtesdeprovence@agronovae.com - Durée : 1 h - Prix 2 € 10 ans minimum - 8 pers maximum.

Notre Boutique d'Usine

Au cœur de la Provence, notre boutique de Peyruis vous propose de découvrir nos confitures, compotes, confits et autres spécialités de fruits en vous faisant bénéficier de prix avantageux. La boutique est ouverte du lundi au vendredi de 9 h à 17 h.

Les Comtes de Provence - Agro'Novae

11 espace Saint-Pierre
04310 Peyruis
Tél. : 04 92 33 23 10
www.comtes-de-provence.fr

Manufacture et boutique d'usine visitables du lundi au vendredi.

PERL'AMANDE UNE RÉUSSITE CULINAIRE ET ÉCOLOGIQUE !

Depuis plus de 100 ans, Perl'Amande produit et transforme des amandes avec un savoir-faire qui n'a pas changé. Située à Oraison, dans les Alpes de Haute-Provence, terre mère des amandiers en France, la boutique Perl'Amande est une adresse incontournable pour tous les amoureux du fruit sec star, riche en lipides. Rencontre avec Marine Rochet, en charge de la sphère marketing de la firme.

Propos recueillis par Philippe Heullant - Texte : Aubin Bouillé - Photos : Rémy Cortin



Marine, Arthur et leur père François Rochet

La success story Perl'Amande débute en 1920 lorsque Gustave Denjean ouvre une pâtisserie à Oraison et met au point la toute première machine à casser les amandes. « À l'époque, il y avait de très nombreux champs d'amandiers, qui ont ensuite été remplacés par de la lavande », introduit Marine Rochet, qui a rejoint l'aventure en 2018. « Au départ, Gustave ne vendait que des amandes. On appelait ça un cassoir d'amandes », précise Marine. Par la suite, Gustave Denjean crée sa propre pâte d'amande qu'il vend aux boulangeries. « Très vite, ses amandes deviennent les plus courues des pâtisseries de France », souligne-t-elle. Grâce à sa fabrication artisanale, Perl'Amande a reçu le label EPV (Entreprise du Patrimoine Vivant). Délivré par le ministère de l'Economie et des Finances, ce label distingue les entreprises au savoir-faire artisanal et industriel jugé comme d'excellence. Et puisque ce savoir-faire n'a pratiquement pas changé, Perl'Amande détient toujours le label.

UNE AFFAIRE DE FAMILLE

« Mon père a racheté la société Perl'Amande en 2006 », précise fièrement Marine Rochet. Depuis 16 ans, la famille Rochet gère avec passion l'entreprise. François Rochet, le père de Marine, a toujours travaillé dans l'alimentaire. Après un passage dans l'hôtellerie, il tombe amoureux de Perl'Amande. « La société lui a tout de suite plu. Quand il est arrivé, il a créé le 100% bio, il a doublé le personnel et a beaucoup développé la marque », affirme Marine. « Un peu plus tard, il y a six ans, c'est mon frère qui a rejoint la société en tant que directeur commercial. Il a développé nos marques en magasins bio et à l'export », souligne Marine. Cette dernière a travaillé plus de dix ans chez Danone avant de rejoindre l'entreprise familiale. Elle a pris le poste au marketing et s'est notamment occupée de faire évoluer l'image de la marque pour toucher de nouveaux consommateurs, plus jeunes. « Ils m'ont appelé en renfort et j'ai pris poste au marketing il y a quatre ans. Nous avons alors créé un site internet et travaillé notre présence sur les réseaux sociaux. Nous avons par exemple travaillé avec des blogueuses culinaires pour développer des recettes variées qui montrent la très large gamme de produits à cuisiner que



nous proposons. Une soixantaine de recettes, salées et sucrées, sont disponibles sur notre site », souligne la passionnée. Pâtes d'amandes, purées de fruits secs crues, pâtes à tartiner, boissons végétales ou barres énergétiques... Perl'Amande propose de nombreux produits originaux et 100% naturels conjuguant tradition et modernité. « Si Perl'Amande est avant tout une histoire de famille, l'engagement de nos salariés pour notre entreprise et leur amour pour nos produits est fort. Nous travaillons avec des personnes de grande confiance. Pour preuve, l'ancienneté chez nous est en moyenne de 15 ans », conclut Marine.

UNE MARQUE ENGAGÉE

Fidèle aux valeurs qui sont les siennes depuis 1920, Perl'Amande est activement engagée dans une démarche de responsabilité sociale et environnementale. Pour réduire au maximum son impact sur l'environnement, la société travaille avec des acteurs locaux et de nombreuses enseignes bio comme Naturalia, Biocoop, Bio C Bon... « Mon père a été le premier à s'associer avec des chaînes de magasins bio comme Biocoop, un de nos partenaires historiques », précise Marine. Côté approvisionnement, Perl'Amande essaye de travailler le plus possible avec des producteurs locaux même si ce n'est pas toujours possible. « En France, l'amande est attaquée par une guêpe difficile à éradiquer notamment en culture biologique sans pesticides. C'est pour cela que nous avons très peu d'amandes et de noisettes bio sur le territoire et que nous sommes obligés de nous associer avec des filières espagnoles et italiennes ». Mais là encore, Perl'Amande s'efforce au maximum de participer à des transactions écologiques et respectueuses : « Maintenant, nous essayons de collaborer directement avec les agriculteurs, sans passer par des intermédiaires. Nous avons même acheté notre propre champ d'amandiers d'une surface de 40 hectares en Espagne ».

Perl'amande

185 chemin du Thuve, 04700 Oraison
Tél. : 04 92 78 63 86 - www.perlamande.com



COOKIES À LA PURÉE AMANDE BLANCHE TOASTÉE BY VIE SANS GLUTEN

Ingrédients pour 2 personnes :

- 85 g purée d'amandes blanches toastées • 100 g de compote de pommes sans sucre • 130 g d'avoine sans gluten
- 30 g de pépites de chocolat • 50 g de sucre complet • Vanille

Préparation : 10 min / Cuisson : 10/15 min

Dans un bol, mélanger la compote de pommes, le sucre complet, la vanille et la purée d'amandes blanches toastées. Ajouter l'avoine sans gluten et les pépites de chocolat noir, mélanger. Former les cookies avec une cuillère à soupe et déposer les sur du papier cuisson, aplatir légèrement, et enfourner à 180°C pendant 10 à 15 minutes. Laisser refroidir avant de les enlever du plateau.

FROMAGERIE DE BANON TOUT UN ART!

*La fabrication du Banon AOP est tout un art ! C'est en tout cas ce que nous a expliqué G eraldine Casella, Directrice de la Fromagerie de Banon. Durant le long entretien qu'elle nous a accordé, elle a expliqué les spécificités de ce fromage et dévoilé quelques secrets de sa fabrication.
Bienvenue dans le monde délicieux du Banon AOP.*

Propos recueillis par Philippe Heullant - Texte : Aubin Bouillon - Photos : Rémy Cortin



UNE MÉTHODE BIEN RODÉE

La Fromagerie de Banon a été cr e e en 1958, sur la commune de Banon. Aujourd'hui, cette entreprise de 23 personnes collecte le lait, moule, affine, conditionne et expédie ses fromages dans la France entière et également à l'export. G eraldine Casella nous a fait visiter la fromagerie et nous a livré quelques-uns des délicieux secrets de la préparation de ses exquis fromages de chèvre, notamment ceux du célèbre Banon AOP (Appellation d'Origine Protégée) : un fromage de chèvre au lait cru et entier, plié à la main dans des feuilles de châtaigniers brunes. Avec passion, elle nous a exposé la manière dont son entreprise travaille le lait de chèvre pour aboutir à ce fromage si goûteux. La fromagerie travaille avec neuf producteurs de lait dont sept sont en AOP, tous situés dans un rayon de 90 km autour de la Fromagerie. La fabrication du Banon suit des règles strictes issues du cahier

des charges de l'appellation d'origine. En premier lieu, le lait doit être collecté toutes les 48h. « Deux de nos salariés vont collecter le lait pour que nous puissions le mettre en fabrication le lendemain matin dès 3 h », explique la passionnée. « Le lait est réchauffé à 35 C, puis il reste en maturation nous ajoutons ensuite les ferments. Il est transféré en salle de moulage. C'est là qu'il est caillé (ajout de présure) » détaille G eraldine Casella. « Ensuite, vient l'étape de d -caillage, c'est-à-dire que le caillé est coupé en petits morceaux pour évacuer le sérum, et enfin, nous le moulons », continue-t-elle. « Toujours à la main, les fromages sont retournés trois fois dans la journée. Le lendemain matin, l'équipe d moule le fromage, le sale et le passe en hâloir pour commencer son affinage. » L'affinage est une étape importante de la fabrication d'un Banon AOP, avec une température et une hygrométrie maîtrisées. Ce n'est qu'à partir de cinq jours d'affinage que l'étape du pliage peut alors débuter.



*« le Banon AOP
est considéré comme
la haute couture
du fromage. »*



L'ÉTONNANTE TECHNIQUE DU PLIAGE DU BANON AOP

L'étape du pliage est très particulière car elle requiert une grande dextérité : il faut environ trois semaines de formation pour acquérir ce geste si spécial. « Le Banon AOP est considéré comme la haute couture du fromage », plaisante Géraldine. Le pliage nécessite également des feuilles de châtaigniers brunes. « Nous avons une équipe qui ramasse près de sept millions de feuilles de châtaigniers chaque année. Le ramassage commence début novembre et les feuilles sont séchées jusqu'à mi-janvier », précise Géraldine Casella. Pourquoi le châtaigner ? « Parce qu'il apporte au fromage ce tanin qui lui confère son goût et sa couleur si caractéristiques » ; « L'année dernière, nous avons produit 770 000 Banons AOP », délivre fièrement Géraldine. C'est une réussite quand on connaît les difficultés à produire du lait AOP Banon ; « En effet nous sommes à la recherche de producteurs de lait AOP Banon. Nous manquons de lait surtout pour les fêtes de fin d'année. » Il faut savoir que le lait AOP Banon a une saisonnalité comme l'explique Géraldine : « Nous avons un décalage entre notre pic de production et notre pic de demande. En effet, nous avons de grosses demandes pendant les fêtes de fin d'année, malheureusement ce n'est pas la période durant laquelle les chèvres produisent le plus de lait. La production de lait est plus importante en mars/avril, c'est à cette période que nous produisons le plus de Banon AOP, cela permet de régaler les consommateurs pour Pâques... »

DES FROMAGES AU LAIT DE CHÈVRE

C'est la qualité de son Banon AOP qui fait la renommée de la Fromagerie de Banon mais pas que : « Nous fabriquons de la Tome de Provence et des fromages frais lactiques décorés avec des herbes de Provence et des baies rose. » Tous les fromages de la Fromagerie de Banon sont issus de lait de chèvre et sont étiquetés sous la marque Étoile de Provence. « Nos fromages sont vendus en crèmerie, restaurants, chez nos grossistes et en grande surface. Nous assurons directement les livraisons avec nos propres camions, dans les départements des Alpes de Haute-Provence, dans le Vaucluse et dans les Bouches du Rhône. Nous avons également mis en place un drive pour que les consommateurs puissent récupérer leurs commandes à la fromagerie », explique Géraldine. Au-delà de la qualité de ses fromages, la grande force de la Fromagerie de Banon est son côté humain. « Nous sommes une petite équipe, notre force c'est la proximité, le côté familial. Je suis entourée d'une équipe talentueuse et surtout polyvalente », se réjouit Géraldine. C'est souvent grâce à la force humaine, la passion et la solidarité qu'on produit les meilleures spécialités culinaires !

Fromagerie de Banon

1419 route de Carniol, 04150 Banon

Tél. : 04 92 73 25 03

www.fromageries-etoile.com

BIENVENUE À LA FERME !



Marque des Chambres d'Agriculture, Bienvenue à la Ferme met en exergue des agriculteurs et producteurs qui s'engagent à proposer des produits fermiers et une cuisine à base de produits locaux, à offrir à leurs hôtes un accueil personnalisé et professionnel dans un environnement soigné et à être ambassadeurs d'une agriculture durable et responsable, représentative du terroir. Nous sommes allés à la rencontre de six adhérents tous plus passionnés et passionnants les uns que les autres !

Propos recueillis par Sylvie Heullant - Texte : Julie Dallemagne et Aurélie Hallereau

Vente en circuit court, goûter et séjour à la ferme, visite d'une ferme pédagogique... Partout en France, plus de 8000 agriculteurs agréés Bienvenue à la Ferme sont prêts à vous accueillir et vous faire découvrir leurs produits et la passion de leur métier. De quoi se restaurer, dormir, découvrir et s'amuser en famille, entre amis ou en groupe. Dans les Alpes de Haute-Provence, une centaine

d'adhérents allant de la ferme auberge à la chambre d'hôte ou à la ferme pédagogique en passant par le gîte rural, ouvrent leurs portes aux touristes en toute transparence. Dans un environnement naturel préservé, « Mangez fermier et vivez fermier », tel est le crédo des membres du réseau. Des professionnels qui s'inscrivent dans un cadre authentique, riche d'histoire, de traditions rurales et de savoir-faire.



LA FERME DU GAOU

Initialement dédiée à l'élevage ovin, la ferme du Gaou (joie en provençal) a ajouté cette année à son activité la production de lait de brebis. Cette exploitation reprise par Roxane Maffeo et Maxime Fabre en 2015, couple d'alors à peine 25 ans, élabore aujourd'hui des yaourts de brebis (nature, vanille ou citron) et des fromages de brebis frais et affinés. Tous les produits sont disponibles à la ferme, à Allemagne-en-Provence les samedis de 9h à 18h et sur le marché de Riez le mercredi matin. Les yaourts sont également en vente au rayon frais de l'Intermarché local ainsi qu'à la maison de produits de pays.

4357 route de riez les claux, 04500 Allemagne-en-Provence
Tél. : 06 20 89 20 77

SPIRULINE SOLAIRE

Incarnée par Nicolas Malmanche, docteur en biologie, la ferme Spiruline Solaire est consacrée, comme son nom l'indique, à la production de spiruline. Cette microalgue considérée comme la seule cyanobactérie comestible est un super aliment contenant tous les nutriments nécessaires à la nutrition humaine. Particulièrement riche en protéines (de 6 à 7g pour 10g de spiruline), elle est séchée après la récolte pour être ensuite vendue sous forme de paillettes croustillantes. Boîtes de 100g, sachets de 300g et miel à la spiruline... De nombreux produits disponibles à la ferme et en magasin de producteurs.

Haut Mézien, 04200 Entrepierres
Tél. : 06 58 77 04 57 - www.spirulinesolaire.com





FERME DU RIOU

À Valensole, la Ferme du Riou, exploitation familiale portée par la quatrième génération, œuvre en bio sur près de 300 hectares de productions emblématiques de Haute-Provence : de la lavande et du lavandin, des céréales, des oliviers, en passant par le maraichage jusqu'à l'élevage bovin (Aubrac) et porcin. Le récent atelier de transformation à la ferme permet de produire des pâtes fraîches et des raviolis, façonnés avec le blé dur et farcis avec les légumes et la viande de la maison. Produits disponibles en vente directe à la ferme et dans les magasins de producteurs locaux (Unis verts paysans à Forcalquier). Visite de la dernière distillerie traditionnelle du plateau de Valensole avec sa chaudière à paille de lavande, en Juillet, au moment des récoltes.

Chemin du Riou, 04210 Valensole
Tél. : 06 69 45 52 23 - www.lafermeduriou.com



COULEURS PAYSANNES

Issu de la réflexion de plusieurs agriculteurs souhaitant retrouver le lien avec le consommateur, Couleurs Paysannes est un magasin de producteurs en vente directe situé à Valensole. Cette coopérative, qui se caractérise par la présence successive de plus de 100 producteurs, fête ses 10 ans cette année. Également présente à Venelles et Manosque, elle propose viande, poisson, fruits et légumes, produits laitiers et épicerie fine, entre autres produits du terroir. Ouvert du lundi au samedi de 9 h à 19 h à Valensole.

Les Quatre Chemins, 04210 Valensole
Tél. : 06 27 63 45 14 - www.couleurs-paysannes.fr

L'ÉTOILE DU BERGER

Située au pied du massif du Cheval Blanc à Draix, le GAEC l'Etoile du Berger est une exploitation familiale diversifiée, notamment dans la production de poire Sartheau depuis 3 générations. Frais, en tarte, au sirop ou au vin, ce fruit, apprécié pour sa saveur unique, agrémentait avec douceur les repas des montagnards en autarcie. La famille Pelestor élabore ses poires confites « Le Trésor de Marie Augustine » et presse ses fruits à la ferme. Un savoir-faire reconnu par l'UNESCO géoparc de Haute-Provence. Des produits bio que l'on retrouve dans les maisons de produits de pays voisines, les marchés locaux et sur le site marchand.

La Rouine, 04420 Draix
Tél. : 06 62 87 48 93 - <https://poiresartheau.fr>



© L'Etoile du Berger

EARL BOUTEILLE - AU FIL DES SAVEURS

Cette exploitation familiale située à Manosque a traversé plusieurs siècles, des mains successives de 4 générations. Exclusivement consacré à la culture de la pomme dans les années soixante, le Domaine Bouteille a diversifié sa production en 2015. Aujourd'hui, il assure une production arboricole et maraîchère, à partir de laquelle de nombreux produits gourmands sont confectionnés : confiture de pêche de vigne ou de cerise-lavande, compote, velouté de courgette ou encore sauce tomate ou ketchup maison... Les produits sont disponibles sur le stand familial, en bord de route à Volx, et chez Couleurs paysannes à Venelles, entre autres boutiques de producteurs de la région.

Domaine Bouteille, 04100 Manosque
Tél. : 06 78 25 47 43 - www.au-fil-des-saveurs.com





LE DOMAINE BOUTEILLE UNE EXPLOITATION EN PLEINE ÉVOLUTION

Sur les hauteurs du Luberon, au-dessus de la plaine de la Durance, la famille Girard nous ouvre les portes du Domaine familial Bouteille, à Manosque. Plusieurs générations se succèdent dans cette exploitation d'une quarantaine d'hectares qui a su faire évoluer son modèle agricole et économique, de la monoculture de la pomme à la production d'une centaine de variétés de fruits et légumes, de l'exportation à la vente directe, en circuit court.

Propos recueillis par Philippe et Sylvie Heullant - Texte : Julie Dallemagne

DE L'ÉLEVAGE DE VERS À SOIE À L'ARBORICULTURE ET AU MARAÎCHAGE

Édifié au XVII^e siècle, le Domaine Bouteille porte l'histoire de plusieurs générations dans ses murs épais de galets de Durance. L'exploitation a été baptisée du nom de famille de son premier propriétaire, comme le voulait l'usage. Ce domaine fut dans un premier temps, une ancienne magnanerie (élevage de vers à soie). Avec le temps, l'exploitation se tourne vers la vigne et la pomme de terre puis, à partir de 1962 et jusqu'en 2016, exclusivement vers la pomme. « Nous avons 35 hectares de pommiers mais nous nous sommes rendus compte que nous devons rapidement nous diversifier pour la survie de notre exploitation », explique Florence Girard. En 2015, le couple amorce une réflexion aux côtés de leurs enfants. Dès 2016, ils entament la transformation de l'exploitation en plantant d'autres espèces fruitières, comme des pêchers, abricotiers, pruniers, cerisiers... En 2017, la famille reprend un stand de vente directe, au bord de la route, à Volx, sur la route départementale. La famille est rapidement séduite par ce circuit court. « Auparavant nous exportions 80% de notre production de pommes via une SICA et ne connaissons pas

nos clients. Grâce à la vente directe, nous vendons ce que nous produisons auprès d'une clientèle locale, en essayant de répondre au mieux à ses besoins ». Aujourd'hui, le domaine Bouteille, qui a fortement réduit la culture de la pomme, produit de nombreuses variétés de fruits et de légumes, tout en préservant la qualité de ses terres (rotation de cultures, engrais vert...).

DES FRUITS ET LÉGUMES VENDUS BRUTS, ET TRANSFORMÉS

Pêche de vigne, pêche blanche, jaune et plate, nectarine jaune et blanche, abricot, trois variétés de fraises, six variétés de cerises, six variétés de prunes, melon, pastèque et pomme constituent l'ensemble des fruits produits à la ferme. Côté légumes, les variétés sont également très nombreuses : asperge blanche à pointe violette, asperge verte, tomate, différentes variétés de courgette de petite taille (une spécialité appréciée des amateurs de farcis notamment), aubergine noire, striée ou blanche, poivron rouge ou vert, chou vert, poireau, carotte, courge butternut, potimarron, pomme de terre, patate douce... Les fruits et les légumes sont vendus sur le stand, Au fil des saveurs (la marque déposée du Domaine Bouteille pour la vente directe), situé sur la route départementale 96,

à Volx ; sur la boutique en ligne www.au-fil-des-saveurs.com/la-boutique ; et via son Drive fermier. Ce dernier, installé à Manosque, propose 110 casiers. En quelques clics, il permet de récupérer un panier, à retirer sur place, contenant : légumes, légumes et œufs ou légumes, œufs et fruits. Les tarifs vont de 9,90€ à 19,90€. La maison s'est également lancée dans la production de produits transformés : confitures, compotes en petit pot ou en gourde, sirops, jus de

fruits, veloutés de courgette, sauces tomates (à base de tomates anciennes), caviar d'aubergine ou de poivron rouge, ketchup « rien à voir avec un ketchup commercial ! », assure Florence. Ces produits savoureux sont disponibles sur les points de vente du Domaine, mais aussi au magasin de la coopérative Couleurs Paysannes à Venelles, et dans différentes épicerie fines ou boutiques de producteurs de la région, à La Bastide-Des-Jourdans, par exemple.



LES JARDINS DE BOUTEILLE, UN GÎTE CHARGÉ D'HISTOIRE

Depuis 2002, le Domaine Bouteille met à disposition des visiteurs de la région un gîte pour quatre personnes. Cet appartement de 80m², situé au sein même des murs épais de la bastide du XVII^e siècle, sous un micocoulier, est constitué d'une cuisine ouverte, de deux grandes chambres (de 15 m² chacune, l'une avec un lit de 180 cm et l'autre avec deux lits de 120 cm) et d'une salle de bain avec douche à l'italienne, baignoire et vasques en travertin. Les hôtes peuvent accéder à un jardin ombragé avec barbecue et à la piscine, désormais partagée avec un second gîte de 70 m², pouvant accueillir confortablement deux personnes avec sa grande pièce à vivre de 45 m², sa chambre de 22 m² dotée d'un grand lit et sa salle de bain. Cinq ans plus tard, un grand gîte de 240 m² (pour 10 personnes) proposant quatre chambres et quatre salles de bain a été installé au sein du bâtiment. Ses hôtes peuvent se retrouver dans le grand salon – salle à manger de 40 m² et dans la cuisine aménagée de 25 m². Ils peuvent aussi profiter d'une belle piscine privée entourée de lavandes, donnant sur les arbres fruitiers, et

déguster sous la tonnelle un nectar de pêche ou un jus de pomme pétillant du Domaine Bouteille. Les tarifs des gîtes (au week-end, à la semaine ou au mois) varient selon la période de l'année : basse, moyenne ou haute saison. Les Jardins de Bouteille (nom donné à la partie hébergement du Domaine Bouteille) mettent également à disposition un studio de 40 m² et deux chambres d'hôtes (avec douche hydromassante) qui incluent le petit-déjeuner (avec confiture maison, cela va sans dire, et fruits de la propriété en saison). Les options, variées, permettent aussi bien à un couple, à une famille ou à un grand groupe de se ressourcer au milieu des arbres fruitiers, à quelques minutes en voiture du centre de la petite ville de Jean Giono, Manosque. Réservation sur le site ou sur Booking.

EARL Bouteille - Au fil des Saveurs Les Jardins de Bouteille

Domaine Bouteille, 04100 Manosque
Tél. : 06 78 25 47 43 / 06 38 42 05 09

<https://au-fil-des-saveurs.com/le-domaine/>





Rémy et Claude Pelestor

LA POIRE SARTEAU HISTOIRE DE CE FRUIT, DE L'ARBRE À LA CONFISERIE

Claude Pelestor nous donne rendez-vous au cœur des montagnes de Provence pour découvrir l'histoire d'un fruit d'exception poussant au pied du massif du Cheval blanc, à Draix. Produit de base des desserts de montagne à l'origine, puis confiserie de luxe, la poire Sartheau confite Trésor de Marie Augustine régale les gourmets locaux et d'ailleurs depuis des décennies.

Propos recueillis par Philippe et Sylvie Heullant - Texte : Julie Dallemagne

DE LA DENRÉE QUOTIDIENNE AU PRODUIT CONFIT DE LUXE

Plantée à Draix depuis des siècles, la poire Sartheau a connu un essor important de la main de la famille Pelestor, dont elle a profondément marqué l'histoire. Depuis toujours, ce fruit, apprécié pour sa maturité tardive et sa saveur incomparable, est la matière première des desserts des habitants, isolés sur les 900 mètres d'altitude de la commune. Consommée fraîche après la récolte puis en tarte, en confiture, en sirop ou au vin, elle finissait la saison dans l'alambic du bouilleur de cru. Une démarche zéro perte, pensée pour servir tout un circuit. L'arbre fruitier était même stratégiquement planté dans les prairies pour ombrager la chaume des moutons qui, en retour, leur apportaient une fumure bénéfique. En 1944, Henri Pelestor (première génération), conscient des grandes qualités de la poire Sartheau, fait parvenir un échantillon à la confiserie California à

Nice « probablement via un maquisard, je ne vois que ça, en pleine période de guerre », affirme Claude Pelestor, le fondateur du GAEC L'Étoile du Berger. Tentative concluante, puisque la première livraison se fait en 1945 « mon année de naissance ! »... Un signe pour celui qui reprendra plus tard le flambeau ? Mais Marie-Augustine, épouse d'Henri, ne voit pas d'un bon œil la transaction pourtant très avantageuse. « Ma mère, cette excellente cuisinière, s'en est trouvée dépossédée. Qu'allait-elle donner aux invités ? Qu'allaient-ils faire de ses poires en ville ? » Une désapprobation qui sera vite levée quand la maîtresse de maison goûtera ses premières poires confites : une révélation. « À partir de là, elle triait elle-même les poires, pour ne livrer que des fruits sans aucun défaut ». Dès lors, la confiserie California s'approvisionne chez la famille Pelestor, et ce pendant 73 années.



LA RECHERCHE DE LA BONNE FORMULE POUR LA CONSERVATION DE LA POIRE PRÊTE À CONFIRE

En 1965, Claude, le fils, reprend donc les rênes de l'exploitation. Il bénéficie d'une quinzaine d'années florissantes et du fort engouement pour la poire Sartheau. Puis, à partir de 1975, les premières difficultés apparaissent: les affaires sont en perte de vitesse, le confiseur California ayant réduit le volume de ses commandes. « Nous étions passés à 5 tonnes alors que mon père en vendait 18 tonnes les meilleures années ». Après une période de doute et d'errance auprès d'autres confiseurs, Claude retourne à la source, chez California, pour demander l'explication de cette réduction drastique des commandes. Une force de travail différente, moins nombreuse qu'à la sortie de la guerre et moins disposée à assurer la tâche contraignante de l'épluchage des poires, et donc plus coûteuse. Une seule solution pour l'exploitant: prendre en charge cette étape de la production que les travailleurs modernes ne peuvent plus fournir aux confiseurs. Mais se pose vite la question de la conservation des poires pelées qui noircissent, même réfrigérées. Encore une fois, une conversation avec le confiseur s'impose et le secret est vite révélé: avant d'être confites, les poires pelées sont conservées dans un sirop spécifique. Si la maison California a son propre dosage pour un stockage de 2 ou 3 semaines, il faudra en revanche 5 ans à Claude pour trouver le sien, qui lui permettra de garder ses poires intactes pendant plus de temps, avec les contraintes de l'altitude. Le bon dosage est le tremplin d'un nouveau départ pour L'Étoile du Berger, qui vendra à nouveau la totalité de ses poires Sartheau, cette fois prêtes à confire, à quatre grandes confiseries: la maison California, toujours, à Saint-Laurent-du-Var, Cruzilles à Clermont-Ferrand, la confiserie Saint-Sylvestre à Soveria, en Corse et la Maison Léopold Marliagues à Apt. Des contrats qui existent toujours aujourd'hui, après plus de trente années de collaboration.

UN NOUVEAU DÉFI: CONFIRE À LA PROPRIÉTÉ

« En janvier 2017, alors que je présente mes vœux au propriétaire de la confiserie California, il me dit qu'il a fermé l'usine, faute de repreneur ». Claude est profondément affecté par la nouvelle. « Pour moi, la disparition d'un savoir-faire est quelque chose de très grave. » Après concertation avec ses fils Rémy et Michel, l'exploitant décide alors de proposer au Maître Confiseur de lui enseigner ses techniques de confiserie et de lui revendre son matériel pour faire vivre son savoir. La famille Pelestor monte ainsi son propre petit atelier. Aujourd'hui, les poires, toujours pelées à la main, sont donc confites sur la propriété selon deux process: l'un, traditionnel par la méthode ancienne qui donne un produit translucide plus séduisant à l'œil, et l'autre, certifié biologique qui permet de garder la saveur naturelle du fruit. Avec ses excédents de récolte, la famille Pelestor produit du jus de poire (détenteur du label biologique également) avec sa propre presse. Les produits de L'Étoile du Berger ont été recommandés par le guide gastronomique Gault & Millau, et ont reçu le label Geo Food de l'Unesco géoparc. Ils sont vendus sur les marchés des alentours, via le site Internet, dans différentes Maisons de Produits de Pays et maisons de producteurs. La poire Sartheau de Draix a également rejoint les gondoles de Fauchon à Paris (via Cruzilles) ou encore les paniers de Noël offerts par le Prince de Monaco. Une reconnaissance incomparable pour ces « passeurs de mémoire », comme ils aiment se présenter dans leurs dépliants. Surtout, ne manquez pas la prochaine fête de la poire sartheau de Draix le 22 octobre 2023 !

Association pour la promotion de la poire Sartheau blanche de Draix

Tél. : 06 62 87 48 93 (Rémy)

Tél. : 06 69 66 50 08 (Claude)

« la poire sartheau blanche de Draix »





LE VIGNOBLE BAS-ALPIN PASSIONNÉMENT VIN

« Les sentiers battus n'offrent guère de richesse ; les autres en sont pleins » disait le Manosquin Jean Giono. Le plaisir du métier de journaliste est d'abord celui de la découverte : ce fut une merveilleuse aventure de parcourir le vignoble de Pierrevert dans ce département des Alpes de Haute-Provence, si souvent visité mais sans prendre véritablement conscience de sa réalité.

Dossier réalisé par Philippe Sérénon - Photos : Rémy Cortin



Domaine La Blaque

On connaît nombre de ses sites exceptionnels de Forcalquier à Gréoux-les-Bains, en passant par le Verdon, les stations de ski de Pra Loup, Le Sauze ou la Foux d'Allos, parmi tant d'autres mais aussi ses produits exceptionnels comme l'agneau de Sisteron, le fromage de Banon et les vins de Pierrevert ou ses grands écrivains et peintres comme Jean Giono ou Pierre-Gilles De Gennes. Mais qui sait que la première entreprise française 100% indépendante et familiale, Proman, quatrième acteur européen du travail temporaire est de Manosque, comme l'Occitane ? Qui sait que la première base française de missiles est sur le plateau d'Albion ou que le Bleuët à Banon compte parmi les plus grandes librairies indépendantes en milieu rural de France avec ses 120 000 livres répartis dans un labyrinthe impressionnant de 800 m² ? Alors d'où nous vient cette difficulté à dessiner les contours de ce département au caractère aussi authentique que particulier ?

D'abord il a traîné son nom peu engageant de Basses Alpes jusqu'en 1970 lorsqu'il a opté pour son nom actuel, plus descriptif et positif car mentionnant ses deux entités géographiques : les Alpes et la Provence. L'histoire n'a d'ailleurs pas aidé à sa réputation. Au début du siècle dernier, dans l'Atlas Larousse on lisait : « *Semées de rochers blanchâtres sortant, comme des ossements, d'un mince sol végétal où languissent des buissons, quelques fleurs de montagne et des arbres rabougris... Ces montagnes forment presque partout un effrayant désert qui n'aura bientôt plus d'habitants : c'est le Sahara sans le soleil de l'Afrique, avec les neiges de la Sibérie.* » Un tel portrait n'incitait pas à prendre son cheval pour « y monter » et il a bien fallu un siècle pour se remettre de ce descriptif aussi erroné que peu flatteur. Car la réalité est tout autre et mérite qu'on s'y arrête.

*« La Provence dissimule ses mystères
derrière leur évidence. »*

Jean Giono

MAIS OÙ SUIS-JE DONC ?

On peut se situer par défaut car les quatre points cardinaux sont bien connus : le soleil se lève à l'est sur le Verdon, puis passe au sud au-dessus de la Provence avant de se coucher à l'ouest sur le Luberon et de finir sa nuit au nord dans les Alpes. Au milieu se situent les Alpes de Haute-Provence. Mais on peut aussi se situer grâce à la colonne vertébrale du département, la Durance, qui du nord au sud relie les Alpes à la Méditerranée. Sans cette rivière, la première région touristique de France, la Provence, n'aurait pas d'eau car elle alimente le canal éponyme depuis le réservoir que constitue le lac de Serre-Ponçon. Et puis notre carte mentale nous dit que « c'est loin de tout » alors que Manosque est à moins d'une heure d'autoroute d'Aix-en-Provence et sa gare TGV ou Marseille et son aéroport de Marignane ! Donc le département occupe une situation exceptionnelle et a une personnalité spécifique liée à quatre facteurs importants : sa superficie de 7 000 km² qui en fait le 17^e plus grand de France, sa population de 165 000 habitants seulement, vivant essentiellement d'agriculture et de tourisme répartis sur 168 communes dont six seulement dépassent les 5 000 habitants, sa double culture montagnarde et provençale et enfin son relief accidenté. On comprend aisément que les éléments du Tout aient été mis en avant plutôt que le Tout lui-même. Et puis on entend moins parler de ce département que de ses voisins, entre la très renommée Riviera et les grandes stations de montagne des Alpes.

QUEL TEMPS FAIT-IL ?

Le climat correspond à sa géographie et est évidemment partagé en deux : méditerranéen au sud mais avec une influence liée à l'altitude et la latitude, continental et typiquement montagnard dans la partie nord. Cela donne des étés très chauds et orageux avec des nuits fraîches et des hivers rigoureux. Pluies torrentielles et fonte des neiges alimentent une Durance souvent indisciplinée ! L'air y est sec, il y pleut peu et le soleil y brille 300 jours par an en toute saison, ce qui explique une forte présence d'activités astronomiques : toute l'année, l'observatoire astronomique de Puimichel propose des soirées d'observations du ciel. De la sécheresse, de la chaleur mais aussi de la fraîcheur et peu d'eau. Voilà un climat très propice à la vigne ! Le vignoble de Pierrevert se situe dans la partie provençale, au sud, et on peut fixer la limite septentrionale à Sisteron. Mais l'essentiel du vignoble se trouve essentiellement sur la rive droite de la Durance, schématiquement en descendant du nord au sud de Villeneuve à Manosque, Pierrevert puis Corbières, auquel il convient d'ajouter le terroir singulier de la commune de Quinson.

UN VIGNOBLE FAMILIAL ET DISCRET

L'appellation Pierrevert est l'une des plus petites de Provence avec Bellet et Palette. Elle est constituée de vigneron passionnés et les domaines sont essentiellement familiaux. Cette discrétion a permis jusqu'à présent d'échapper à la spéculation qui sévit dans d'autres parties de la Provence où de grandes fortunes rachètent des propriétés et se substituent aux vignerons. Certes, cela permet des investissements qui font globalement progresser l'image des vins de Provence, ce qui bénéficie à tous, mais parfois au détriment de l'authenticité. Pierrevert échappe à ce tropisme et a su garder cette dimension vigneronne faite de passion et de protection d'un patrimoine immatériel qui fait de la France un pays à part dans le monde du vin.

LE TERROIR DE PIERREVERT

Les vins français sont des vins de terroirs, pas des vins de cépage. Et le terroir c'est la terre et le climat. Sur le plan géologique, c'est un terrain exceptionnel à tel point qu'en 1984 a été créée par décret la réserve naturelle géologique de Haute-Provence sur un territoire de 200 000 hectares entre les Alpes de Haute-Provence et le Var. La Haute-Provence a été pendant des centaines de millions d'années sous la mer. L'extraordinaire histoire de ce pays commence il y a 300 millions d'années avec des forêts tropicales de fougères arborescentes avant que leur succèdent les lagunes du Trias sous un climat aride puis les mers du Jurassique et du Crétacé qui s'approfondissent progressivement, foisonnant de vie et déposant des sédiments. À l'ère tertiaire les montagnes alpines se forment et la mer va progressivement se retirer, laissant d'autres sédiments. C'est au Quaternaire que la Haute-Provence émerge et depuis 15 000 ans, l'Homme façonne ce territoire. Le résultat de ces bouleversements est que les sols sont très différents d'un bout à l'autre de l'appellation : sols calcaires, schistes, granites, phyllades, grès, marnes, sables alluviaux et même poudingue. Plus précisément les terrasses de la Durance de Villeneuve à Corbières sont sur des sols alluvionnaires, sur le plateau de Valensole les sols sont caillouteux et de Pierrevert à Montfuron les sols sont sableux sur molasse ou sur calcaires gréseux. Sur le plan climatique, ce terroir n'échappe pas au réchauffement, préoccupation générale aujourd'hui. Comme le dit le président de l'ODG, Gilles Delsuc, il y a un avant et un après 2003, année de la première canicule et ce sera peut-être encore le cas pour l'année que nous venons de vivre. Ici comme ailleurs, les vendanges se font de plus en plus tôt. Les hivers doux entraînent une floraison de la vigne précoce, augmentant le risque de subir des gelées de printemps fatales. Si on échappe à cet écueil, ici le réchauffement est un mal pour un bien, comme c'est le cas dans le Languedoc pour le Pic Saint-Loup. En effet, le vignoble est à 450 mètres d'altitude en moyenne et la chaleur ne peut qu'améliorer la qualité des vins, renforçant leur structure. À l'inverse, dans la vallée du Rhône, les vignerons peinent à éviter un taux d'alcool trop élevé. La pureté de l'air, les nuits fraîches liées à l'altitude, le vent thermique lié aux variations de température dans la journée et le soleil donnent un air sec et pur grâce auquel la vigne est très saine, beaucoup moins soumise qu'ailleurs aux maladies comme le mildiou, l'oïdium ou le botrytis.



Château Rousset



Vignes du Château Rousset

L'HISTOIRE DU VIGNOBLE

On peut remonter aux Albiques, tribu celto-ligure qui s'allia à Pompée pour défendre Massalia contre César, qui fait mention de tonneaux dans ses Commentaires sur la Guerre des Gaules. Au Moyen Âge, Jean III, évêque de Sisteron, dota le prieuré clunisien de Ganagobie, proche de Manosque, en terres et en vignes. Puis, les Templiers avant les Hospitaliers de Saint-Jean de Jérusalem, seigneurs de Manosque, firent cultiver et entretenir le vignoble du XII^e siècle jusqu'à la Révolution. Le terroir était alors beaucoup plus étendu et s'étendait sur les deux rives de la Durance jusqu'aux portes de Sisteron avant que le phylloxéra décime la vigne comme partout en France. Dès le milieu du XIX^e siècle, commença un fort exode rural et, de 150 000 en 1850 la population tomba à moins de 100 000 après la Première Guerre mondiale. Les surfaces viticoles se réduisirent faute de rentabilité au profit d'autres cultures diversifiées, fruitières, maraichères ou céréalières. Il fallut attendre 1960 pour que la tendance s'inverse, notamment avec l'arrivée des pieds noirs qui redonnèrent un élan à la viticulture, en Provence comme en Corse. En 1925, avait été créée la Coopérative Vinicole et Agricole des Coteaux-de-Pierrevert mais il fallut attendre le décret du 1^{er} juillet 1998 pour que l'appellation soit reconnue initialement sous le nom « coteaux-de-Pierrevert » puis finalement Pierrevert en 2011 du nom du charmant petit village médiéval de Pierrevert, peuplé de 3 836 âmes au cœur du vignoble. Pierrevert tire son nom de « Petra Viridis », qui ferait allusion au rocher recouvert de lierre sur sa face nord mais qui pourrait aussi avoir une origine plus germanique, désignant « la colline d'où on surveille ».

L'APPELLATION D'ORIGINE PROTÉGÉE PIERREVERT, VIGNOBLE...

Si le vin commence par le terroir, vient ensuite le travail du vigneron avec notamment le choix des cépages. Aujourd'hui, cette appellation d'origine protégée (AOP) compte officiellement une surface de 450 hectares dont 300 sont plantés et réellement cultivés par 6 producteurs répartis sur 11 communes : Corbières, Gréoux-les-Bains, Manosque, Montfuron, Pierrevert, Quinson, Saint-Laurent-du-Verdon, Saint-Martin-de-Brômes, Sainte-Tulle, Villeneuve et Volx. On y produit près de 13 000 hectolitres dans les trois couleurs. C'est l'une des 9 AOP de Provence. Sauriez-vous retrouver les 8 autres ? Voilà de quoi faire un bon quizz à l'apéritif ! Certes l'AOP Pierrevert n'est ni la plus grande ni la plus connue mais l'une des plus savoureuses. Si le rosé est naturellement dominant et le rouge toujours présent, le blanc est en train de progresser. Contrairement à une idée reçue, les vins blancs de Provence sont remarquables et souvent plus intéressants qu'on ne l'imagine et pas que sur une dorade ou un rouget grillé ! Chaque exploitation doit respecter des règles strictes d'encépagement c'est-à-dire la superficie de la totalité des parcelles de vignes de l'exploitation produisant le vin de l'appellation pour la couleur considérée. Ces règles, qui n'empêchent pas les vignerons de donner une personnalité spécifique aux vins de chaque propriété, permettent de donner à l'appellation une typicité générale et donc une identité reconnaissable. Les rendements de base sont de 60 hl/ha pour les vins blancs et de 55 hl/ha pour les rouges et rosés. Les trois cépages dominants sont le Grenache noir, la Syrah et le Cinsault qui procurent à ces vins finesse et complexité. En raison de l'altitude et de nuits fraîches, l'acidité des baies est bien préservée et donne des vins en général fruités et frais.



Domaine des Bergeries de Haute-Provence



Domaine La Blaque

© VCC04-Thibaut Vergoz

... ET CÉPAGES

Les cépages des vins blancs sont: Rolle alias Vermentino qui doit être présent pour au moins 50% en cas d'assemblage, Grenache Blanc (obligatoire), Clairette, Roussanne, Ugni Blanc et enfin Marsanne, Piquepoul, Viognier qui ensemble ne peuvent pas dépasser 10%. Leur robe est d'un jaune généralement très pâle avec des reflets verts et brillants. Au nez on perçoit des arômes de fleurs blanches et d'agrumes. La bouche est ronde, ample et généreuse avec une acidité rafraîchissante qui apporte une certaine puissance. Les vins sont secs, légers et fruités avec de subtiles saveurs d'agrumes, très bons sur des fromages de chèvre comme le Banon évidemment : ce petit fromage de chèvre enveloppé au Moyen Âge dans des feuilles de châtaigner pour être servi sur les tables des seigneurs de la région, révèle davantage ses vertus gustatives avec du vin blanc vif et fruité. À boire dans les deux ans.

Pour les vins rosés, la proportion de l'ensemble des cépages principaux, Grenache Noir, Cinsault et Syrah doit être au minimum de 70% de l'encépagement. S'y ajoutent Carignan, Clairette, Grenache Blanc, Téoulier pour 10% maximum, Roussanne, Ugni Blanc, Vermentino. Marsanne, Piquepoul et Viognier dans la même proportion. Enfin, l'ensemble des cépages blancs ne peut pas dépasser 20%. Leur robe est rose pâle. Le nez est sur les fruits rouges et noirs avec fraîcheur, cassis, framboise et fraise, et parfois des notes florales. En bouche, ils surprennent par leur fraîcheur et leur caractère fruité avec une belle rondeur et une amplitude en bouche avec une finale douce sur les agrumes. Idéal à l'apéritif, servi à 10°C.

Les rouges, où la Syrah est dominante (à minima 30%) ont un profil plus rhodanien que provençal en raison du climat. Le Grenache Noir doit rentrer pour 15% au moins alors que Carignan, Cinsault et Téoulier ensemble ne peuvent dépasser 10% de même que l'ensemble Clairette, Grenache Blanc, Marsanne, Piquepoul, Roussanne, Ugni Blanc, Vermentino et Viognier. Ils ont une robe rouge soutenue avec de subtils reflets violacés. Le nez est caractérisé par des notes de fruits noirs comme le cassis, mais aussi de fruits compotés comme la myrtille. Le deuxième nez révèle des arômes épicés, des arômes de clous de girofle. En bouche l'attaque est souple, la matière dense et puissante grâce à des tanins bien présents avec une finale plutôt longue, parfois sur des notes boisées. Ils sont parfaits sur un civet de lièvre ou d'autres gibiers de cette belle région de chasse. La température de service idéale est de 16°C. On peut les garder en cave en général 5 ans mais certains domaines font des vins de très longue garde.

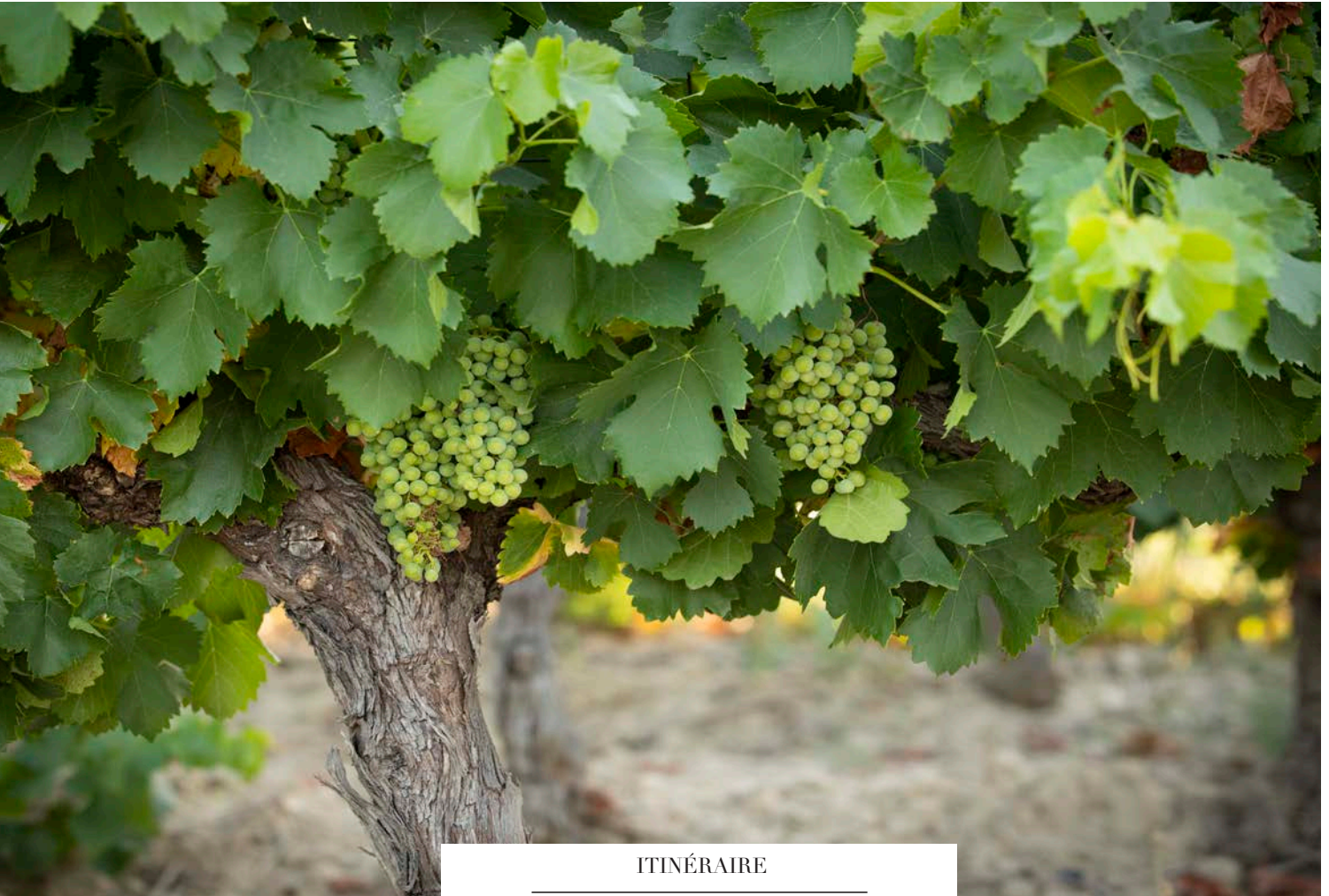
L'APPELLATION IGP ALPES DE HAUTE-PROVENCE

Rappelons que l'IGP est liée à un savoir-faire et peut être basée sur la réputation du produit, exprimée par une forte reconnaissance par le public et attribuable à l'origine géographique. Comme pour les AOP, une IGP a un cahier des charges et fait l'objet de contrôle par un organisme indépendant agréé par l'INAO. Comme partout en Provence, des surfaces cultivées ne correspondent pas aux critères de l'AOP mais produisent néanmoins d'excellents vins. D'ailleurs, l'un des plaisirs des connaisseurs est de découvrir des vins d'exception à prix très compétitif tels qu'on en trouve dans les IGP. Car l'IGP permet aux vigneronnes de planter d'autres cépages qui, avec l'évolution du climat, peuvent s'adapter ici tels que le Chardonnay, le Muscat petits grains, l'Aligoté, le Pinot noir ou le Merlot. Certains cépages sont typiques des coteaux bourguignons, d'autres rappellent la plaine bordelaise. La vigne est un travail de patience et année après année, au gré des assemblages, les vigneronnes aidées de leurs œnologues trouvent de nouvelles voies pour ravir nos papilles sous le contrôle des meilleurs sommeliers. Ici, il y a de quoi faire car la production est trois fois plus importante que l'AOP avec près de 36 000 hectolitres issus de 516 hectares de terres cultivées s'étendant sur tout le département. Les vins bénéficiant de l'IGP « Alpes de Haute-Provence » sont produits dans la limite d'un rendement maximum à l'hectare de 120 hectolitres pour les vins rouges, rosés et blancs. La vigne est installée sur les versants ensoleillés (adrets) des vallées ou en plaine dans le sillon durancien à l'abri des vents violents, le département des Alpes de Haute-Provence étant l'un des moins ventés de la région.

Les vins blancs, de plus en plus déclinés en cépages (Viognier, Chardonnay, Sauvignon, Muscat à Petits grains et plus récemment, Aligoté), présentent des profils aromatiques complexes qui se combinent plaisamment avec une fraîcheur bien caractéristique des vins provençaux. Malgré l'introduction de cépages blancs (Viognier, Chardonnay et Sauvignon), qui expriment ici des profils aromatiques intenses et complexes, ce sont encore les vins rouges et rosés qui constituent l'essentiel de la production.

Les vins rouges sont principalement issus, en assemblage, des cépages Grenache, Syrah et Cinsault. Mais les vins de cépage se développent avec une déclinaison majoritairement portée sur les mentions des cépages Cabernet-Sauvignon, Merlot, Syrah et Pinot. Ces vins rouges se distinguent par leur richesse anthocyanique, la finesse de leur structure tannique et se marient à la perfection aux produits locaux.

Les vins rosés, obtenus par saignée ou de plus en plus souvent par pressurage direct, sont essentiellement issus des cépages Cinsault et Syrah. La tendance à travailler des jus très pâles (pressurage direct) est une orientation technique confirmant l'ancrage de cette production rosée locale dans le style des vins « rosés » produits sur l'ensemble de la Provence. Ces vins rosés sont friands et agréablement acidulés.



ITINÉRAIRE

Pied de vigne à Pierrevert

LA ROUTE DES VINS DE PIERREVERT

Les paysages de cette partie de la Haute-Provence sont un ravissement. Lors de notre reportage fin novembre, en arrivant d'Aix, au loin les cimes étaient déjà enneigées, les vignes encore rouges et les différentes espèces d'arbres offraient un camaïeu magnifique. D'autres préféreront venir au début de l'été, avant la récolte de la lavande, où les couleurs sont différentes mais non moins belles. Ne cherchez pas ailleurs d'où vient ce goût et cette maîtrise de la couleur de Cézanne le local et de Dufy le Havrais de Forcalquier !

Pour vous mettre les papilles en éveil, partez à pied de Petra Vidis, la coopérative de Pierrevert, où vous pourrez garer votre voiture, direction Montfuron. Certes ça monte mais la vue du haut des parcelles du Domaine la Blaque est époustouflante. Dirigez-vous ensuite vers le domaine où vous serez accueilli pour une dégustation des vins de ce magnifique vignoble de 52 hectares, l'un des plus importants de l'appellation. C'est l'un des domaines de Pierrevert qui produit des vins rouges de très longue garde.

À proximité se trouve le grand Domaine de Régusse de 300 hectares dont 200 hectares en vignes à plus de 400 mètres d'altitude au pied du Luberon. Son terroir exceptionnel et la diversité de ses cépages

produit des vins fins et conviviaux qui raviront les envies les plus diverses. En retournant vers Pierrevert, arrêtez-vous pour déjeuner au Golf du Luberon : la vue y est magnifique et la table copieuse pour un prix très raisonnable.

Après une visite du joli village de Pierrevert, retournez à votre point de départ à la coopérative viticole, un peu en contre-bas. Ses vins, AOP comme IGP méritent de remplir le coffre de quelques cartons. La boutique est très accueillante et fournie de divers produits et objets de bon goût à tous points de vue !

Reprenez votre voiture en direction du vignoble de Saint-Jean-lez-Durance. Mettez d'abord sur votre GPS la direction de l'église Saint-Pancrace de Manosque qui est presque sur la route. Cette chapelle qui remonte au XII^e siècle servit d'abord d'église au sein d'un village aujourd'hui disparu appelé Toutes-Aures qui signifie exposé à tous les vents en raison de sa situation sur la colline. Ce village, déplacé pour échapper aux brigands, allié à d'autres villages, forma la ville de Manosque. Finie en 1637 la chapelle fut consacrée à Saint-Pancrace, devenu patron de la ville à la place de Saint Sébastien, que l'on célèbre le 12 mai. Ce long bâtiment possède une superbe entrée ornée d'un portail du XVII^e siècle, abrité par un porche rajouté en 1756.



Château Rousset

On rejoint ensuite le Château Saint-Jean-lez-Durance niché entre le canal EDF et la Durance. Le vignoble créé en 1880 par la famille qui l'exploite aujourd'hui, se distingue des autres par son aspect romanique qui plaît tant aux écrivains et aux poètes. Son vin était le préféré de Giono. Les vignes, plantées sur des terrasses caillouteuses nichées entre le Luberon et la Durance, produisent des vins d'une belle fraîcheur et d'une grande générosité, dévoilant le savoir-faire ancestral de cette famille vigneronne.

Deux coudes de canal plus haut sur la route de Volx, on arrive à la Cave de la Madeleine, domaine viticole familial créé en 1980, de 75 hectares, dont les vignes sont sur des pentes exposées sud-est. Comme à Saint Jean, le vin est une passion qui se transmet de génération en génération. La cave offre une large variété de vins dans les trois couleurs pour satisfaire tous les goûts. L'essentiel est constitué de Vins de Pays des Alpes de Haute-Provence.

En retournant sur vos pas, prenez la D907 et traversez la Durance pour aller au Château de Rousset. Si l'accueil est en bas du coteau, il faut monter vers le château sur le plateau de Valensole pour découvrir un superbe domaine de vigne et d'olivier : le vignoble du Château de Rousset est né en 1825, exploité par la famille Emery à Gréoux-les-Bains. S'épanouissant en altitude, ses vignes font mûrir leurs fruits à l'abri des morsures du soleil, offrant ainsi des vins exquis.





DOMAINE DE LA BLAQUE DES VINS PRESTIGIEUX

Adossées au Luberon, les vignes du domaine bénéficient d'une situation exceptionnelle qui permet de produire des vins remarquablement aromatiques et de longue garde grâce au talent du couple de vignerons œnologues qui mettent toute leur âme dans ce terroir.

Pour se rendre au domaine de la Blaque depuis Pierrevert, on prend une route étroite et sinueuse jusqu'à un chemin de terre qui conduit au caveau, au milieu des vignes. Lorsque nous avons été reçus sur place par Gilles Delsuc, il recevait en même temps une livraison : le chauffeur du semi-remorque avait eu bien du mal à faire ce chemin et il n'avait pas semble-t-il goûté le paysage autant que nous... Ce matin-là Gilles Delsuc était seul et cela nous a donné l'occasion de faire une interview amusante car ambulatoire : pendant qu'il conduisait lui-même le chariot élévateur avec maestria pour débarquer 12 palettes de bouteilles, nous suivions le calepin à la main... Belle démonstration du savoir-faire éclectique d'un vigneron qui est tout à la fois agriculteur, gestionnaire, commercial, manutentionnaire...

LA GÉNÈSE DU DOMAINE

Gilles et Laurence Delsuc, tous deux œnologues, se sont installés ici il y a 32 ans, Laurence venant de la Champagne où elle a toujours une propriété et lui de Dijon où il avait fait ses études d'œnologie. Le domaine appartenait depuis 1987 à des Allemands qui sont toujours au capital et avec lesquels au fil du temps se sont établies des relations quasi familiales. Sur place, il y avait une bastide du XIV^e siècle, un bel écrin qui a été aménagé de A à Z et sur lequel ils continuent de développer le domaine. Pour situer le vignoble, il est à près de 600 mètres d'altitude, ce qui en fait le plus haut de Pierrevert, sur le côté sud du Luberon, certaines parcelles étant à seulement 300 mètres de la limite du Vaucluse. Ici le terroir est argilo-calcaire, le climat est sec grâce à un fort ensoleillement, un vent thermique quotidien, des journées d'été chaudes (35°C) et des nuits fraîches. Bref, idéal pour la vigne qu'il est ainsi facile de cultiver en bio, les risques sanitaires étant faibles donc nécessitant peu de traitements ; c'est parfait pour les rouges en particulier. Le domaine a pris le parti de ne pas produire de vin nature : c'est très à la mode, mais cela ne permet pas de faire des vins de garde.

POUR LES AMATEURS DE TECHNIQUE VITICOLE

L'amplitude thermique entre le jour et la nuit concentre les polyphénols, molécules supports des principales propriétés organoleptiques des vins. Ils proviennent des parties solides du raisin, pellicule et pépins, et sont extraits au cours de la fermentation et de la macération. Ils sont plus présents dans les vins rouges que dans les blancs. On les trouve dans les tannins, les anthocyanes, ces



pigments rouges responsables de la couleur du vin et les flavones, matières colorantes jaunes qui donnent leur couleur aux vins blancs. Leur propriété antioxydante permet à l'organisme de lutter contre les radicaux libres oxygénés, à l'origine d'un grand nombre de maladies. Comme quoi boire du vin, avec modération, est gage de bonne santé ! Voyez Montaigne, grand amateur et connaisseur, qui écrivit beaucoup sur le sujet dans son Journal de Voyage : malgré des calculs rénaux, il vécut soixante ans, ce qui est remarquable au XVI^e siècle alors que La Boétie mourut à 32 ans.



DE BONNES VIGNES POUR DE BONS VINS

Avec 58 hectares, le domaine produit bon an mal an 250 000 bouteilles, vendues pour les deux tiers en direct à la propriété, le reste partant chez des cavistes, en restauration ou à l'export, notamment le rosé aux Etats-Unis. Avec une telle proportion de vente sur place, on a forcément affaire à une clientèle d'habitues et si la Blaque bénéficie d'une telle fidélité, c'est que ses vins ravissent ceux qui les consomment. Nous avons pu constater lors de notre visite que la jolie boutique du caveau était très active en fin de matinée ! Ce sont essentiellement des AOP mais aussi des IGP Haute-Provence ou Méditerranée, tous en bouteille, sans aucun autre contenant. Pour faire de bons vins, il faut de bonnes vignes : ici, le cépage dominant est le Syrah complété de Rolle (Vermentino), Grenache, Cinsault et Roussanne. Hors appellation, onze hectares sont consacrés au Viognier ; c'est une forte proportion mais le mariage de l'attitude et du réchauffement climatique permet de faire des vins blancs qui s'apparentent à ceux de la vallée du Rhône septentrionale. Cela n'a pas échappé à notre couple d'œnologues avertis et leur conviction est que les vins blancs d'ici vont progresser et que la demande des amateurs se réorientera dans ce sens à l'avenir. C'est un peu l'inverse dans les côtes du Rhône où la difficulté est de garder un degré d'alcool raisonnable car certains vins approchent les 17°. Cela montre que le réchauffement va très vite et qu'il va falloir adapter la vigne au climat rapidement. La Belgique et l'Angleterre où la société Moët et

Chandon a acheté des terres et planté des vignes, seront à l'avenir des pays producteurs de vins ce qui était inimaginable il y a encore quelques années.

UN SAVOIR-FAIRE UNIQUE

Les vendanges se font à la main mi-septembre et les raisins sont transportés entiers en caisses de 20 kilos avant d'être déposés sur une sauterelle (convoyeur) pour rejoindre une cuve saturée en gaz carbonique et y rester 3 semaines minimum. Il faut éviter l'écrasement pour que la fermentation intra-cellulaire de chaque grain, qui entraîne des modifications complexes et importantes de leur composition, se fasse, produisant des arômes riches et intenses. L'acide malique est fortement dégradé, conduisant à une baisse de l'acidité. L'extraction des composés phénoliques est réduite lorsque le pressurage intervient précocement, les vins présentent ainsi une structure tannique souple. Avec la dégradation des protéines, le risque de ne pas maîtriser la fermentation malolactique augmente fortement nécessitant une attention particulière. Retenons que cela fait des vins plus concentrés. Le vin de La Blaque vieillit ensuite exclusivement en barriques (300) ou en amphore.

DES VINS PRIMEUR

Le Domaine de la Blaque est connu pour ses vins primeur qui sont d'un beau rouge violacé et expriment déjà une forte personnalité.



Mais le Domaine se démarque surtout par ses vins de longue garde, jusqu'à 15 ans si ce n'est plus selon la qualité de la cave. Lors de la dégustation nous n'avons pas été trop en amont mais rien que sur les quelques années antérieures, on sent très bien l'évolution du vin.

La cuvée Collection, uniquement issue de vieux pieds de Syrah de 30 ans, vinifiée en macération carbonique de 4 semaines pour lui donner une forte concentration, est élevée 18 mois en barriques neuves et vendue en quantité limitée et numérotée. A mettre dans la famille des nectars...

« **La Réserve** » **rouge**, le navire amiral de la Maison qui a fait sa réputation, est élevé 12 mois en fûts de chêne. Sur 7 hectares d'un argilo-calcaire, le rendement moyen est de 35 hl/ha. Il est issu d'un assemblage très majoritaire de Syrah et 5 % de Grenache sélectionné selon le terroir. Jeune, il offre des arômes de fruits rouges qui avec le temps évoluent vers les fruits confits. Il peut se garder 15 à 20 ans. Sa puissance aromatique ira parfaitement sur des viandes rouges, des gibiers ou des fromages forts. A servir à température de 16°C à 18°C.

« **La Réserve** » **rosé**, produit sur 2 hectares et issu d'un assemblage de Grenache noir, Syrah et Cinsault, a des arômes de brioche, de beurre frais et également de fruits des bois. À boire dans les 2 ans sur des viandes blanches ou des terrines de poisson.

« **La Réserve** » **blanc**, est produit sur une parcelle de même taille que le rosé et issu d'un assemblage de Roussanne, Vermentino, Grenache blanc et Viognier. Comme les autres vins, il bénéficie d'un bâtonnage hebdomadaire qui permet de remonter les moûts pour homogénéiser et donner une belle couleur. Equilibré, entre le bois et le fruit, il a des arômes d'agrumes, de fruits exotiques et d'amandes grillées. C'est un compagnon de choix à l'apéritif mais il se marie parfaitement avec de beaux poissons en sauce ou des fromages de chèvre.

La cuvée Tradition se décline aussi dans les trois couleurs. Son caractère typiquement provençal ira selon la couleur sur des coquillages et des poissons grillés, des salades d'été, de la charcuterie ou de la ratatouille, une daube ou des viandes grillées. Au moment où ces lignes paraîtront, on sera déjà en train de rêver à ces déjeuners d'été sous la treille, au bord de la piscine ou sur la terrasse d'un cabanon où le barbecue est roi et le partage de rigueur, en dégustant l'un des merveilleux vins du Domaine de la Blaque.

Domaine de la Blaque

Domaine Châteauneuf

04860 Pierrevert

Tél. : 04 92 72 39 71

<http://www.domainelablaque.fr/>



Monsieur Frédéric Port, Président de la cave dans son vignoble à Pierrevert

PETRA VIRIDIS

LA SIGNATURE D'UN TERROIR

« Un village d'or semblable à une barque portée par une vague de rochers », c'est ainsi que Jean Giono décrit le village de Pierrevert dans Le Hussard sur le toit. Avant de parler du vin, il faut bien rendre hommage à son écrin qui justifie qu'on le visite et qu'on s'arrête à la boutique de la coopérative.

BIENTOT UN SIECLE D'UNE HISTOIRE INITIEE PAR AUGUSTE BASTIDE

Le lecteur a pu voir dans les articles précédents que le vignoble de Pierrevert a subi moult vicissitudes au fil du temps mais les vignes ont toujours fait partie de ce paysage des Alpes de Haute-Provence. On peut dire que les temps modernes de Pierrevert démarrent en 1925. Se remettant doucement de la Grande Guerre, les vigneron isolés n'ont pas les ressources pour investir et commercialiser leurs vins. Et puis, sept ans après la révolution russe, le collectivisme est entré dans les mœurs et donne naissance dans tous les domaines d'activités à des regroupements. C'est ainsi que les viticulteurs, sur l'impulsion d'Auguste Bastide, décident de fonder la « Coopérative Vinicole et Agricole des Coteaux de Pierrevert », mettant en commun leurs moyens de production et mutualisant leur organisation commerciale pour mettre efficacement leurs

vins en marché. Au fil du temps, plusieurs caves coopératives du département s'amalgament, fusionnant toujours avec les mêmes objectifs. En 1998, les caves coopératives de Manosque, Villeneuve et Quinson ont rejoint celle de Pierrevert qui est aujourd'hui la seule existante dans le département des Alpes de Haute-Provence et la seule à intervenir sur le territoire de l'Appellation d'Origine Protégée (AOP) de Pierrevert. Nous sommes reçus par l'ancien Président. Resté 12 ans à la tête de la coopérative, Jean-Claude Seguin est dans la vigne depuis 50 ans. Né d'un père agriculteur et éleveur de moutons, il a une formation de mécanicien ajusteur et de dessin industriel mais décide de s'orienter vers la vigne par plaisir. Il a laissé la présidence à Frédéric Port, issu d'une ancienne famille de viticulteurs Pierreverdant mais, bien qu'en retraite, il ne peut se passer de venir chaque jour quand il ne sillonne pas les routes des environs à vélo. La vigne c'est la vie et parfois c'est une vie...



Vignoble bio à Quinson

LES CHIFFRES CLÉS DE LA COOPÉRATIVE

La coopérative regroupe 360 ha de vignes pour 60 adhérents, dont 10 particulièrement actifs, certains ayant d'autres activités que la viticulture. La cave a une capacité totale de cuverie de 30 000 hl répartie sur 150 cuves pour une production moyenne de 20 000 hl/an. La moitié est commercialisée par la cave en 520 000 bouteilles et 150 000 bag in box, et distribués ensuite via les magasins des sites, les cavistes et la grande distribution. Le reste, soit environ 10 000 hl, allant vers le négoce sous les appellations AOP Pierrevert, IGP Alpes de Hautes Provence ou IGP Méditerranée. Les vins, à 70% rosé, 20% rouge et 10% blanc sont vinifiés sur deux sites, à Pierrevert et Quinson. Les cépages majoritaires sont le Grenache noir et la Syrah, que côtoient minoritairement le Merlot, le Cabernet Sauvignon, les Muscats de Hambourg et Petits Grains, le Vermentino, le Grenache blanc... Les vigneron du secteur de Quinson sont certifiés bio depuis plusieurs années, n'utilisant ni herbicides ni pesticides, respectant les chartes environnementales et les normes qualitatives requises. Cela représente 10% des volumes. Prévoyants, les coopérateurs ont mis en place une irrigation raisonnée et modérée de 50% des surfaces via un système de goutte à goutte économe en eau et qui distribue la quantité juste nécessaire, et ce jamais au-delà du 15 août. Cela permet de soutenir la vigne dans les périodes de canicule estivale déjà fréquentes et qu'on s'attend à voir se généraliser chaque année.

UNE INSTALLATION PERFORMANTE, UN PERSONNEL PASSIONNÉ

La cave coopérative est impressionnante par sa taille et ses installations. Les vendanges sont faites à la machine, ce qui permet de récolter la nuit pour profiter de la fraîcheur et ainsi préserver les arômes, puis les raisins sont apportés rapidement à la cave, pesés pour connaître la part de chaque vigneron et analysés pour connaître le taux de sucre qui indique le potentiel alcoolique. Une vis sans fin remonte le raisin vers l'égrappoir pour éliminer les rafles, le fouloir et enfin le pressoir dans le cas des rosés et des blancs, les rouges allant directement en cuve pour macérer. La cave est équipée d'un filtre tangentiel en céramique. Après filtration, le rétentat (0,5%) n'est pas perdu mais va aux lies

puis en distillerie. Une fois vinifié, le vin est stocké dans des cuves traditionnelles en béton réfrigérées, ou en cuves inox à double paroi ce qui permet de les refroidir en faisant circuler du glycol. Il est clair que compte tenu des volumes, on est dans un processus industriel, différent de ce qu'il se passe dans les domaines particuliers. Mais ce n'est pas pour autant que l'implication est moindre et pour faire fonctionner une cave de cette dimension, il faut des hommes engagés. Douze personnes, entre la cave, les bureaux et les 3 boutiques, travaillent à temps plein pour Petra Viridis et sans compter les saisonniers notamment pour les vinifications. Pour organiser et coordonner les différentes étapes du processus de création de ses vins, la cave s'appuie sur Raphaël Durand, son Responsable de Cave. Ingénieur viticole et Œnologue formé à Bordeaux et en Bourgogne puis ayant vinifié dans diverses structures coopératives ou familiales en France et à l'étranger, ses principales fonctions sont d'abord la réalisation des vins, puis l'encadrement du personnel, le lien avec les divers prestataires extérieurs et le maintien du potentiel de production des outils. Lié par sa famille aux terroirs de Blanc du Centre France et professionnellement plutôt vinificateur de rouge, il est heureux de se confronter depuis 2 campagnes à toutes les subtilités de la création des rosés : « On les dit faciles à boire, mais ils sont si délicats à faire ! En effet, il faut faire preuve d'une très grande précision pour réaliser des rosés pâles, aux arômes élégants, aux goûts fins et biens présents en bouche. Le secret me semble être une bonne organisation des chantiers en cave pour faire les bons gestes aux bons moments et protéger au maximum les vins de l'entrée du raisin en cave jusqu'à la bouteille ». Au cours de notre visite, nous avons aussi rencontré deux cavistes aussi sympathiques que prolifiques : Daniel, dont les parents étaient vigneron dans les Costières de Nîmes. Il a une formation d'électronicien et après son service militaire il s'est formé à l'œnologie en 1986, vinifiant dans les Costières et le Haut-Médoc. Il est arrivé comme maître de chai des vigneron de Manosque en 1994 et à Pierrevert 4 ans plus tard. À quelques années de la retraite, il continue d'exploiter ses quelques vignes des Costières et ses oliviers. Sébastien a un parcours encore plus atypique et a découvert le vin par hasard. Avec un DEUG de droit, il a fait l'IEP d'Aix-en-Provence (Sciences Po)



Monsieur Jean-Claude Seguin, Vice-Président de la cave

puis a passé des concours administratifs avant de décider que ce n'était pas sa voie. À 30 ans, il se met au travail en bas de l'échelle comme palettiseur. Dans les repas de famille, il se met à collectionner les étiquettes. Ainsi lui vint l'idée de travailler dans le vin et à 33 ans, il passe un BTS de viticulteur œnologue à Blanquefort. Il travaille au Château Cartier et au Château Fonroque, un grand cru classé de Saint Emilion puis chez Ravoire & Fils avant de rejoindre la coopérative il y a 18 ans. On le voit : dans un cas comme dans l'autre, faire du vin est addictif ! On peut le comprendre car transformer un fruit en un produit que tout le monde partage dans des moments de convivialité, quel que soit ses moyens ou le lieu, est en soi une belle récompense. Tout le monde aime les vigneron, surtout pour ce qu'ils produisent et dont ils parlent toujours avec éloquence et amour !

COMMERCIALISATION

Vendre de tels volumes de vins suppose une organisation sans faille et des circuits de distribution précis. Corinne Campana assure la direction commerciale depuis plus de 20 ans. Il y a d'abord les ventes sur place : Petra Viridis a trois points de vente, Villeneuve, Quinson et la boutique de Pierrevert qui est fréquentée par une clientèle d'habitues mais aussi de touristes ou de curistes venant de Gréoux-les-Bains, et qui représentent 10% des ventes. Au même niveau se situe le réseau des cavistes et de la restauration et 50% part en grande distribution. L'autre moitié de la production est vendue par lots à des négociants. Comme pour n'importe quel client, tout commence par la dégustation : les négociants viennent avec leurs propres œnologues et font leurs assemblages pour garder d'une année sur l'autre la typicité de leur vin. Après un premier assemblage, une deuxième dégustation est faite pour faire évoluer le produit jusqu'à ce qu'il corresponde au résultat souhaité. L'assemblage final souhaité par le client, représentant généralement plusieurs centaines d'hectolitres, est ensuite réalisé

en respectant scrupuleusement les proportions des cuves de bases sélectionnées et associées par l'acheteur lui-même. C'est l'utilisation de pompes dernières génération programmables et équipées d'un volucompteur qui permet de garantir une homogénéité parfaite du produit final.

LES VINS

Les rosés sont reconnaissables par leur fraîcheur et leurs arômes fruités. Avec une belle acidité en bouche et de la rondeur, ils s'accordent volontiers en toutes occasions. Parmi ceux-ci nous avons choisi : l'originalité du Resplendin, issu de Muscat de Hambourg cultivé sur un sol limono-calcaire. C'est le rosé des connaisseurs. Ce rosé sec muscat a des arômes de rose et de sureau et se boit en toutes saisons à l'apéritif, sur un repas provençal ou sur des desserts. À boire dans l'année. **Les rouges** se démarquent par leur complexité, leur générosité et leur richesse en tanins. Parmi les sept produits de la gamme, on a remarqué l'Auguste Bastide - à tout seigneur tout honneur - issu d'un assemblage Syrah / Grenache noir et élevé en fut de chênes pendant 12 mois. Sa robe est soutenue, violacée et, au nez, il a des notes poivrées et de fruits noirs comme le cassis. Ses tanins sont doux autour d'une structure étoffée et ferme. Un vin agréable, parfait sur une côte de bœuf ou un magret de canard, sur un fromage type Mont d'Or voire sur un dessert au chocolat. C'est un vin de garde et on peut viser une dizaine d'années. Son cousin, le Quintius qui est Bio est issu des mêmes cépages et sera parfait sur des viandes grillées ou un rôti d'agneau. **Les blancs** combinent parfaitement douceur et fraîcheur. Ils sont, pour la plupart, issus d'un assemblage de Vermentino et de Grenache blanc. Leur profil aromatique porte sur les agrumes et les fleurs blanches. Nous avons choisi Auguste Bastide blanc qui est un assemblage de Grenache blanc et Vermentino. Sa robe est jaune pâle, son nez floral porte légèrement sur la fleur de vanille. En bouche on ressent de la fraîcheur, de la générosité, de l'élégance avec de l'amplitude et une finale boisée. Apéritif, viande et poisson blanc, tarte au citron seront mis en valeur par ce vin qui peut se garder 5 ans.

QUEL AVENIR POUR PIERREVERT ?

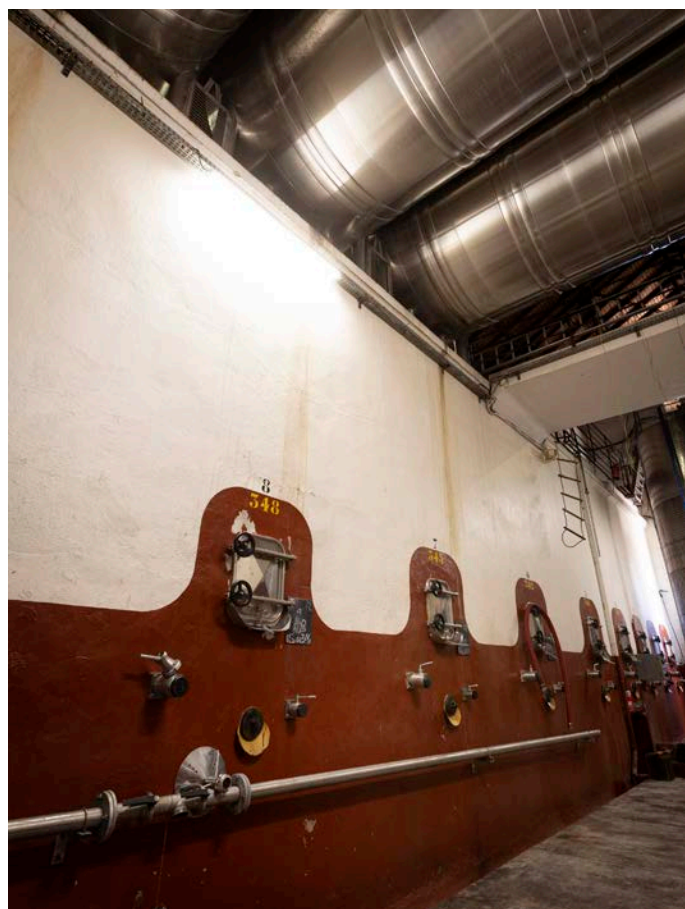
Ici comme ailleurs, la préoccupation majeure des vigneron est liée au réchauffement climatique. L'un des intérêts essentiels d'appartenir à une coopérative est de pouvoir faire des expérimentations qu'il ne serait pas possible de faire seul. Par exemple, rechercher des cépages adaptés au nouveau climat sans toutefois trahir le terroir. L'autre préoccupation, plus contemporaine mais très difficile à gérer par rapport au marché, est l'augmentation des charges. D'une part l'énergie, essentielle pour les engins dans les vignes, le transport et surtout la production de froid et d'autre part l'inflation qui renchérit tout le reste. Mais tous le savent à Pierrevert, l'union fait la force. D'ailleurs Petra Viridis agit harmonieusement aux côtés des domaines indépendants pour poursuivre le développement de l'appellation et partager les moments conviviaux entre vigneron, et ce, sûrement dès le 22 janvier pour la Saint Vincent ! Pas très compatible avec le mois détox sans alcool post Noël mais on fera une exception !

Cave des Vignerons de Pierrevert

1 avenue Auguste Bastide, 04860 Pierrevert
Tél. : 04 92 72 19 06 - <https://petra-viridis.com/>



Cuves modernes en inox



Cuves en béton de 1925



Vignoble du Château Sainte-Marguerite



Magasin de la Coopérative

CHÂTEAU DE ROUSSET

UN DOMAINE FAMILIAL DEPUIS 1825

Thomas Emery nous accueille dans un bâtiment en bois tout neuf qui, une fois aménagé, abritera le chai. Plus haut, le château et l'exploitation dominent la plaine de la Durance, sur le plateau de Valensole. Le château est une magnifique bastide en pierre du XII^e siècle qui avait vocation à protéger la région contre les remontées des Maures qui remontaient la Durance pour venir faire des razzias.



UNE HISTOIRE DE PASSION

Thomas Emery, père de six enfants, gère aujourd'hui l'exploitation familiale Château Rousset. La famille étant d'ici, il a passé son enfance dans ces collines et est resté un amoureux de la vie sauvage. Contrairement à son frère plus urbain, il su dès son plus jeune âge qu'il serait vigneron. Après des études d'ingénieur agronome à Lyon, il est parti découvrir le métier en Argentine, dans la vallée du Rhône à Avignon puis à Angers, avant de revenir s'installer avec sa femme en 2003 et prendre en main l'exploitation à la suite de ses parents. À cet instant, faisons un petit flashback pour connaître l'histoire du vignoble de cette famille authentiquement Bas-Alpine : un lointain aïeul, Paul Arbaud d'Aix-en-Provence, avait restauré le château. Son arrière grand oncle, Jean Saporta, qui avait du goût pour le vin, décida de faire du château un domaine viticole, à l'instar de Château Simone à Palette. Les vignes existaient sur le plateau et il transforma une bergerie en cave. Le grand-père de Thomas montra peu d'intérêt pour la viticulture contrairement à ses parents, qui eux reprennent le flambeau en 1986. On ne peut pas dire qu'il y étaient prédestinés, sa mère étant traductrice de japonais et son père, ébéniste. Thomas est alors âgé de 6 ans.

UN VIGNOBLE ET DEUX TERROIRS

L'exploitation qui était de 23 hectares en 2003, en compte aujourd'hui 40 avec un rendement de 50 à 60 hl/ha. Une petite partie, dans la plaine, est sur des graves mais l'essentiel, sur le plateau, est planté sur deux types de sols : le poudingue, fait de galets amalgamés que l'on retrouve à Châteauneuf-du-Pape et à Bellet, est dominant et apporte de la puissance aromatique ; l'autre partie est constituée de sables rouges limoneux avec de l'oxyde de fer mais peu d'argile qui, elle, apporte la finesse. Historiquement, on produisait ici du vin alimentaire à base d'Aramon, d'Alicante, d'un peu de Carignan, de Grenache, de Vermentino et de Syrah. Certains pieds de Grenache ont plus de 80 ans ! Il a fallu conduire un travail de restructuration pour obtenir des vins de qualité. Dans le vignoble, chaque cépage est adapté à chaque parcelle et on y fait un travail qui lui correspond. Ici, les cépages parfaits sont le Vermentino, très



fruité à la manière d'un Sauvignon, la Syrah et de plus en plus la Grenache, tout en gardant un peu de place pour de vieux cépages comme le Manosquin. Ce cépage, que nous ne trouvons plus qu'à Palette a été réintroduit ici. Cela donne des vins au caractère alpin, qui goûtent un peu comme la Mondeuse de Savoie. Ce travail qualitatif s'inscrit dans une démarche globale de Pierrevert menée depuis 10 à 15 ans par Château Rousset pour les rosés et par le Domaine de la Blaque pour les rouges. Ils ont contribué, avec les vins de Quinson et le Domaine Saint Jean, à améliorer la réputation Pierrevert qui est aujourd'hui une appellation largement reconnue, y compris dans les dégustations à l'aveugle.

LA CAVE, UNE ANCIENNE MAGNANERIE

L'ancienne magnanerie devenue bergerie, a été transformée en cave dans les années 50, puis modernisée à partir de 1985. À moitié enterrée, sur deux étages, elle permet de vinifier la récolte en gravitaire. La vinification est adaptée à chaque vendange en ajustant la macération, entre 12 et 24 heures, le nombre de pigeages et le temps de cuvaison requis : il faut toujours s'adapter pour garder au vin son caractère et la continuité de sa typicité, d'un millésime à l'autre. Ce qui marque est un climat frais et sec dû à la proximité des Alpes, la fraîcheur étant accentuée par l'exposition nord/nord-ouest des parcelles. Les vendanges ont dix jours d'écart et entre 2 et 4°C de moins que les coteaux d'Aix plus au Sud donc plus chauds. La typicité des vins en est modifiée et les vins de l'appellation Pierrevert s'apparentent plus à des côtes du Rhône septentrionales comme le Cornas. L'essentiel de la production est en rosé mais le blanc est important et en croissance sur les dix dernières années : contrairement aux idées reçues, la Provence est un très beau terroir pour les blancs. Thomas Emery a de fortes convictions sur le rosé.

Certes c'est un vin qui se boit sous la treille mais s'il est plus léger et délicat, il n'en est pas moins noble. Beaucoup de gens pensent que le rosé est un vin technique parce que certains font des rosés de consommation facile. Mais il y a autant de magie que dans les autres vins et on y trouve autant de délicatesse que dans des grands blancs avec une notion de terroir pour peu que l'on sélectionne les parcelles et que l'on recherche une variété de nuances dans les assemblages. En revanche, il ne faut pas chercher quelque chose de vineux ou d'une amplitude très marquée. Si on est sans a priori, on prendra beaucoup de plaisir à déguster ce vin comme une « éloge de l'éphémère ». Thomas aime faire du rosé et fait lui-même les assemblages, accompagné par Daniel Peraldi l'œnologue qui a formé ses parents. Bien qu'ayant passé la main, il reste fidèle à quelques propriétés dont Château Rousset et vient trois à quatre fois par an apporter son précieux regard extérieur. Château Rousset produit 350 000 bouteilles que l'on trouve chez les bons cavistes, les restaurants et à l'export.

TROIS GAMMES PRINCIPALES DE VINS

Il y a trois gammes principales : les Coquelicots en IGP, Château Rousset en AOP Pierrevert et une cuvée prestige avec des noms propres à chacune des 3 couleurs. Ces vins ont reçu de nombreuses récompenses, les dernières lors du Concours des Vignerons indépendants 2020 avec : une médaille d'Or pour la cuvée Les Bambins rosé et le rosé fruité, une médaille d'Or pour l'AOP Pierrevert Blanc millésime 2019. On comprend bien pourquoi lorsque l'on voit le soin apporté aux vignes : l'espacement des pieds de vignes, la hauteur du cep, l'enherbement soigné... La taille est faite en respectant les flux de sève pour éviter les plaies de taille et il faut un sacré tour de main et une expérience solide



pour traiter individuellement chacun des 160 000 pieds de vigne, sachant que d'une année sur l'autre les bois sont différents. Outre les vins, le château produit une excellente huile d'olive sur 8 ha d'oliviers cinquantenaires, plus de 85 % étant d'une variété traditionnellement présente en Haute-Provence car elle résiste mieux au froid que les autres, l'Aglandau. La mouture est faite au moulin de Gréoux-les-Bains, et l'huile extra vierge est issue d'une première pression à froid. Son huile est fruitée, ardente, aux notes d'artichaut et d'herbe froissée. La production est irrégulière et capricieuse et nous avons vu deux arbres mitoyens, l'un plein d'olives et l'autre sans : il reste encore des mystères dans la nature !

UN CHAI NEUF

En bas du plateau, le nouveau bâtiment qui sera fini au printemps prochain est magnifique avec ses portes en métal qui soulignent une charpente apparente blonde. Et tout est fait maison ! Il est vrai que son père ébéniste connaît le bois et qu'il est de surcroît un excellent bricoleur. La cave où se déroule la vinification est sur le plateau à moins de 100 mètres à vol d'oiseau. L'embouteillage se fera ici au chai. La boutique est déjà en place et on pourra accueillir des groupes, des séminaires et pratiquer de l'œnotourisme... si on a le sentiment d'être en pleine campagne, nous sommes proches du bassin manosquin qui est très dynamique, de Cadarache et du projet Iter sans parler de la métropole d'Aix-Marseille à moins d'une heure avec un fort potentiel d'entreprises. Et puis on est

près de la station thermale de Gréoux-les-Bains, avec des curistes qui, une fois les soins de la journée terminés, aiment sillonner les alentours.

UNE VISION CLAIRE ET À LONG TERME DE L'AVENIR

Si cette exploitation est restée familiale, c'est que génération après génération, la transmission a été une motivation essentielle. La famille en charge aujourd'hui en a pleinement conscience et y tient particulièrement. Cela détermine la manière de gérer l'exploitation avec un rapport au temps long, trop souvent oublié aujourd'hui : certaines parcelles plantées maintenant donneront leur plein rendement seulement lorsque les enfants reprendront le flambeau et elles dureront plus de 60 ans. Dans cet esprit, il plante des porte-greffes et la greffe est faite sur place. C'est beaucoup plus fastidieux et long mais la vigne traitée ainsi est plus résistante aux maladies et à la sécheresse. Elle en est assez naturellement à l'abri par le fait qu'il y a de nombreuses sources, dont certaines sont à l'origine des bains de Gréoux-les-Bains, mais le réchauffement climatique justifie d'anticiper. Cette dimension familiale est aussi rendue possible par le fait que, pour le moment, le secteur est encore relativement préservé des spéculations foncières vertigineuses que connaît la région d'une manière générale. Très isolée il y a 30 à 40 ans, notamment avant la construction de l'autoroute, la production viticole se résumait à du vin rouge de table que l'on transportait peu et qui se vendait en particulier en bonbonnes tressées. C'est



pourquoi à Pierrevert, les domaines sont restés familiaux avec peu de turnover. Plus bas dans la Provence centrale et maritime, la valeur des terres pose des problèmes de transmission et donc progressivement, les exploitations passent entre les mains de grandes fortunes ou de grandes marques. Pour le moment, ici le vignoble reste relativement confidentiel, dans un espace sauvage... Pourvu que ça dure. Et quand on dit sauvage, cela comprend une vie animalière intense, paradis des chasseurs, quand on sait que les sangliers mangent 12 tonnes de raisin par an, on imagine que leur aide est précieuse !

LE TEMPS DE LA DÉGUSTATION

Thomas Emery, plus sensible au parfum qu'à la matière, est de ces vigneron qui s'attachent à donner un style à leurs vins, sans compromis avec la mode en vigueur. Il refuse d'opposer finesse et profondeur et ne cherche à faire ni un vin de soif, ni un vin de gastronomie, s'attachant plutôt au plaisir éphémère que l'on retire de vins fins et délicats, peu tanniques et peu vineux mais ayant une identité et une expression précise des arômes. C'est ainsi que la typicité des vins du Château Rousset est au carrefour de celles du Rhône, de la Provence et des Alpes. Mais, le mieux, vraiment, est de venir vous rendre compte vous-mêmes, la balade au milieu des vignes sur le plateau de Valensole face à la montagne de Lure vous laissera un souvenir inoubliable comme la dégustation que vous ne manquerez pas de faire dans le chai !



Château Rousset

1267 route D4, 04800 Gréoux-les-Bains

Tél. : 04 92 72 62 49

www.chateaurousset.com



© Rémy Corfin

DOMAINE DES BERGERIES DE HAUTE-PROVENCE UNE HISTOIRE DE PASSIONS

Découvrez la renaissance d'un terroir oublié, né des efforts conjoints d'un serial entrepreneur autodidacte et d'une compagne visionnaire. Bienvenue au Domaine des Bergeries de Haute-Provence.

ENTREPRENEUR DANS L'ÂME !

En rencontrant le Manosquin, Jean-Luc Monteil, toujours entre deux TGV ou avions quand il n'est pas dans ses vignes et ses oliviers, on se demande : mais où puise-t-il toute cette énergie ?! Selon ses propres dires, il a fait « de brillantes études » (sourires) qui l'ont conduit dès la 4e au collège de La Motte-du-Caire, voie royale vers l'apprentissage. Cela l'a amené à obtenir un CAP BEP restauration à Gap, quelques années plus tard. C'est là qu'il se mit véritablement

au travail. Un professeur d'œnologie, à l'occasion d'une initiation à la dégustation, lui découvre des capacités de dégustateur. Pris au jeu, il part à Thonon-les-Bains faire un bac technique hôtelier. Son ami Jean-Claude Ruet, qui fut ensuite chef sommelier du Plaza Athénée, lui dit qu'il a le niveau pour se présenter au concours Ruinart des meilleurs sommeliers de France et, à 19 ans, il est surpris de se retrouver en finale. Dès lors, sa carrière est lancée. Il entre chez Carrefour avec pour mission de monter les premières



© VCC04-Thibaut Vergoz

Domaine des Bergeries de Haute-Provence

foires aux vins et de créer les assortiments pour les magasins. Le succès est au rendez-vous, il progresse du niveau régional au niveau national, en ayant la charge de sélectionner les vins sous la marque Carrefour. Il entre ensuite chez le caviste Nicolas, à Paris, où il s'occupe, pendant un an et demi, de la formation en vins et spiritueux, des collaborateurs du réseau. Quand on connaît l'importance du conseil chez ces spécialistes du vin, c'est une lourde responsabilité. À 22 ans, à Paris, et dans un tel environnement professionnel, la tentation est forte de passer ses soirées à faire la fête. Il se dit que pour sa santé, il vaudrait mieux « lever le pied que le coude... » L'occasion fait le larron : on l'appelle pour lui dire qu'il y a à reprendre une entreprise de courtage de la Française des Jeux en difficulté. C'est l'époque où le loto est roi avec son billet en trois volets. Il rentre donc dans le sud et, à 23 ans, il reprend la société, la redresse et la revend trois ans plus tard. Dès lors, il ne cessera plus d'être gérant de société. Aimant la difficulté et les défis, il enchaîne les reprises dans des secteurs très variés : presse écrite, presse numérique, hôtellerie, industrie, travaux publics, loisirs, réseaux de franchise, conseil... Pas étonnant qu'il soit aujourd'hui Vice-Président du MEDEF national !

NAISSANCE D'UN DOMAINE EX NIHILO

Mais Jean-Luc Monteil reste passionné par l'univers du vin, tant pour les rapports humains avec les vignerons que pour la magie de l'alliance entre terroirs et cépages. Et puis le vin, c'est le catalyseur des événements festifs, conviviaux ou familiaux. Bien sûr, rencontrer des vignerons est toujours un moment unique mais au gré des années il ne s'interdit pas de passer de l'autre côté du miroir... et

devenir à son tour vigneron. Eloïse, sa compagne, bourguignonne d'origine, vit dans les Alpes de Hautes-Provence depuis 15 ans. Ensemble, ils ont envie d'élever leur fille, Emma, dans un écrin naturel. Eloïse découvre la propriété qui deviendra le Domaine des Bergeries de Haute-Provence et dès la première visite, malgré le mauvais temps et la neige, ils ont un véritable coup de cœur « pour ce lieu qui dégage une belle énergie ». Le Domaine est accessible par une piste en calade dont les pavés datent de l'époque romaine ; bienvenue sur la Via Domitia. De la terrasse, on peut admirer au loin les Pénitents des Mées et le plateau de Valensole. Même après six ans, le couple ne se lasse pas du paysage qui, il est vrai, est splendide. Immédiatement, ils décident de créer une activité à trois dimensions, prioritairement viticole mais aussi oléicole et œnotouristique. Aujourd'hui, ils accueillent des visiteurs du monde entier dans deux bergeries intégralement rénovées et parfaitement équipées, chacune avec sa piscine privative. Présents sur Airbnb, ils sont déjà classés Super host. C'est un point de départ idéal pour découvrir la Haute-Provence avec les conseils avisés d'Eloïse.

UN TERROIR OUBLIÉ

Historiquement, entre les Mées et Montfort, il y avait 1 000 hectares de vignes alors qu'aujourd'hui, il n'y en a plus que 750 sur tout le département. Ce n'était pas un hasard car ce terroir était reconnu et recherché. Pour preuve, deux vins étaient fréquemment servis sur les tables des grandes cours aristocratiques de Lyon, d'Avignon et de Marseille : le Châteauneuf du Pape pour sa puissance et le vin des Mées pour sa fraîcheur. Le vignoble a disparu avec l'arrivée du canal EDF qui apportait l'eau de façon permanente au monde agricole.



© Rémy Corfin

Les agriculteurs ont compris que notamment l'arboriculture serait plus lucrative que la vigne. Celle-ci n'est restée que sur les terroirs qui n'étaient pas alimentés par le canal, notamment, Pierrevert. Pour démarrer son projet viticole, Jean-Luc fait appel à Pierre Guérin dont le cabinet d'œnologie est l'un des tout premiers de la région sud. Son avis est net : ces terres sont idéales pour élaborer des grands vins. Le travail commence : on enlève des arbres, on dessouche, on ausculte les sols pour les comprendre avec le concours de géologues. Par chance, les sols étant variés d'une parcelle à l'autre et selon l'exposition, onze cépages différents sont plantés sur les 6 hectares. Outre les cépages du sud, Viognier, Marsanne, Grenache, Syrah, Vermentino et Cinsault, Jean-Luc décide d'ajouter deux influences. La première est italienne car ici, nous sommes sur le Piémont français des Alpes et en Italie, c'est dans le Piémont que l'on produit les meilleurs vins rouges. Il plante donc du Nebbiolo et de la Barbera qui produisent les plus grands rouges italiens. La seconde est Corse avec un cépage endémique de l'île, le Bianco Gentile avec lequel il fait la cuvée Alma, qui signifie âme en Corse. Avec une telle palette de cépages et de terroirs, pas étonnant que les premières cuvées s'arrachent !

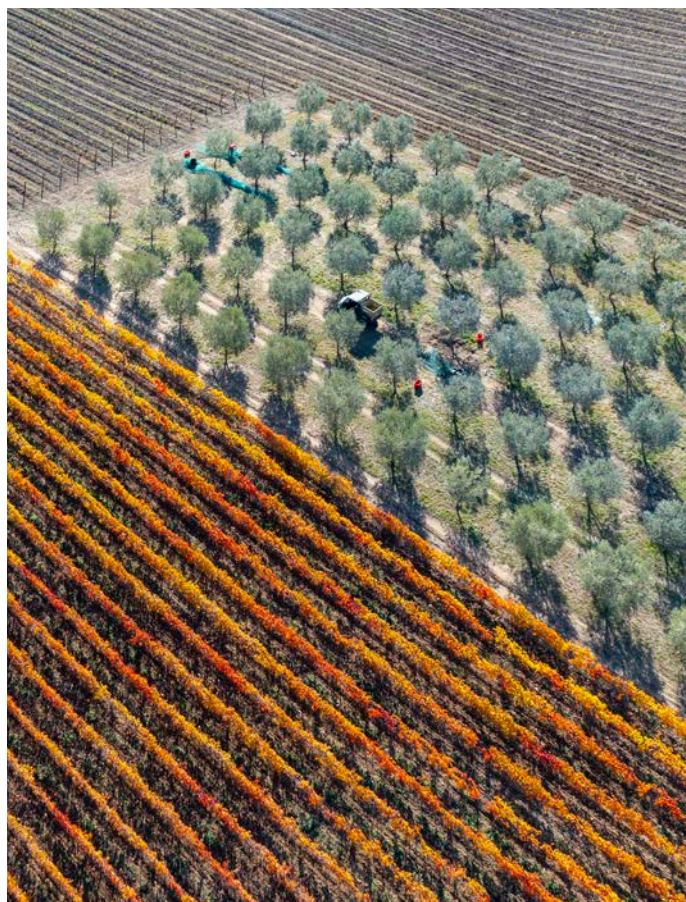
LE VIN, C'EST BEAUCOUP D'AMOUR ET DE TRAVAIL

Jean-Luc Monteil s'est fixé des critères pour son domaine : produire des vins biologiques, avec très peu de sulfites pour la gastronomie. Pour cela, il s'inspire de la biodynamie se traduisant par des traitements élaborés à base de décoctions de prêle et d'infusion d'osier. « Les sols d'ici sont vierges de tout intrant ; un sol vivant réagit mieux aux variations climatiques et au stress hydrique », nous explique-t-il. À 600 mètres d'altitude, le terroir bénéficie de nuits fraîches en été et le microclimat du domaine, étant assez

venté, le mistral assèche les vignes après les pluies ce qui limite les traitements. La taille est faite en lune descendante- décroissante : il n'a rien inventé mais a écouté les anciens qui savent que la lune influe sur le naturel, notamment le végétal. L'idéal est de procéder à la taille au moment où la sève de la vigne descend dans les racines. Quand on la taille, on blesse la plante et elle cicatrise mieux quand c'est fait avant que la sève ne remonte, évitant ainsi les nécroses. Les vignes ainsi taillées ont d'ailleurs une espérance de vie plus longue. Pour le vigneron, c'est plus exigeant car il ne peut tailler qu'une semaine par mois, sept jours sur sept, entre février et avril. Quant aux vendanges, elles sont intégralement faites à la main, pour chacun des onze cépages, dans le but de cueillir les raisins à leurs parfaites maturités. Alors que le rendement autorisé est à 120 hl/ha, le domaine choisit volontairement un rendement moyen de 35 hectolitres/hectare, permettant de produire des vins plus qualitatifs. Quand le raisin est cueilli à température ambiante, il est à 27°C. « Si on le met directement au pressoir, cela devient de la marmelade », souligne Jean-Luc. Ici, tous les raisins sont vendangés le matin et sont stockés en camion frigorifique jusqu'au lendemain matin. Le raisin étant ainsi à une température de 5°C, les baies seront protégées tout au long du processus de tri et préserver de l'oxydation. Pour les mises en bouteille, Jean-Luc privilégie les « jours fruits » du calendrier lunaire, plus favorable pour l'équilibre des vins. Le vin est élevé pour certaines cuvées, en amphore de 750 litres ou en œuf béton où l'influence permanente de la lune est spécifique à ces contenants permettant un travail des lies de grande qualité. Les autres cuvées peuvent être élevées en barriques de chêne français ou en cuves inox thermorégulées. En 2021 le domaine faisait 40% de rosé, 40% de blanc et 20% de rouge, la proportion de rouge devant monter à 30 % en 2022,



© Rémy Corfin



© VCCO4-Thibault Vergoz

rosé et blanc restant à parité. En 2022, le Domaine produira 31 000 bouteilles avec 5 blancs, 3 rosés et au moins 2 rouges dont les prix commencent dès 13,50 €. Enfin, le chai fonctionnel a été construit exclusivement par des entrepreneurs du département, et ne cherchez pas de maître de chai ou responsable des cultures, c'est Jean-Luc et ses deux salariés qui sont à l'œuvre !

UNE TYPICITÉ RECONNUE PAR LES MEILLEURS EXPERTS

Jean-Luc Monteil cherche à faire des vins qui respectent l'identité des terroirs et des cépages. À l'inverse de la mode, des rosés « thiolés », au nez d'agrumes, il cherche à réaliser des vins sur la finesse et l'élégance, notamment avec la cuvée Les Bories, un rosé composé de 95% de Syrah. Cette année, il produira en plus 2 000 bouteilles d'un nouveau rosé, élevé en amphore, la cuvée Terracotta. À peine les premiers millésimes sortis (2020-2021), ce sont plus de trente médailles qui sont venues récompenser la qualité des cuvées. Que ce soit en France mais également à l'international, notamment le Wine Berliner Trophy, le Mondial du Rosé, concours international des vins bios... Mais également la presse, professionnelle comme le guide Bettane & Desseuve, le guide hachette, le guides des vins bios, le guide Gilbert & Gaillard, Terre de vins magazine, Elle magazine... Tous les restaurants étoilés des deux départements alpins proposent des vins du domaine et d'autres restaurants étoilés un peu partout en France, y compris sur l'île de St Barth où la Via Domitia rosé y est implantée depuis ses débuts. Être vigneron c'est un engagement de tous les jours ! Pour preuve, Eloïse et Jean-Luc seront présents, dès janvier, au grand salon mondial des vins bios à Montpellier avant d'aller à Düsseldorf en mars afin de faire rayonner la Haute-Provence. Comme quoi la passion et le travail soulèvent des montagnes !



© domainedesbergeriesfr@auteprenance

Domaine des Bergeries de Haute-Provence
 Saint-Jean, 04200 Châteauneuf-Val-Saint-Donat
 Tél. : 04 92 61 50 10 - <http://domainedesbergeries.fr/>



DOMAINE DES BERGERIES DE HAUTE-PROVENCE DEUX GÎTES DE LUXE UNIQUES

Sur les flancs de la montagne de Lure, dans un magnifique Domaine abritant deux gîtes de luxe, Eloïse Massot et Jean-Luc Monteil vous accueillent toute l'année pour un séjour œnotouristique unique. Une escale hors du temps...

Par Aurélie Hallereau

Lové dans un écrin de verdure, le Domaine abrite deux magnifiques gîtes qui permettent de profiter d'une parenthèse ressourçante en voyant s'épanouir les ceps, virevolter les feuilles d'oliviers et admirer le levé du soleil sur le Piémont des Alpes du Sud. L'occasion aussi de déguster des vins récompensés à de multiples reprises par des œnologues nationaux et internationaux, des vins appréciés par les amateurs et les professionnels pour leur style minéral, frais et élégant.

DEUX BERGERIES, TROIS CHAMBRES ET DES VUES

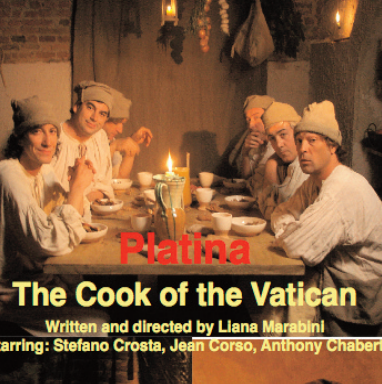
Avec l'aide d'artisans locaux et de décorateurs de Sisteron, Eloïse a aménagé, avec beaucoup de goût et de style, deux bergeries aux splendides murs de pierres. Chacune possède une élégante cuisine en chêne bien pensée avec ses vastes rangements et ses plans de travail en granit. La première bergerie, baptisée le Bastidon, est un

véritable cocon pour deux personnes offrant une chambre pour deux, une salle de bains avec grande douche à l'italienne et un salon aux poufs colorés. Plus grande, la seconde, l'Oustaou, peut accueillir jusqu'à quatre personnes dans deux spacieuses chambres dotées chacune d'une lumineuse salle de bain. Cerise sur le gâteau, chaque bergerie dispose d'une piscine privée et chauffée. La vue, unique, englobe à la fois le pont romain surplombant le site et au loin le sommet du mont Chirán (1 905 mètres) couronnant le Verdon. Tout est réuni pour passer un moment unique dans un lieu silencieux et apaisant. Seuls le chant des mésanges dans les amandiers et la brise dans les oliviers viendront rompre le calme.

Domaine des Bergeries de Haute-Provence

Saint-Jean, 04200 Châteauneuf-Val-Saint-Donat

Tél. : 04 92 61 50 10 - <http://domainedesbergeries.fr/>



Platina

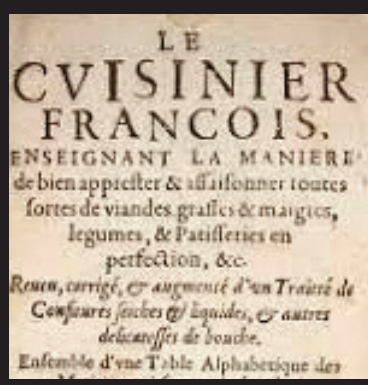
The Cook of the Vatican
Written and directed by Liana Marabini
Casting: Stefano Crosta, Jean Corso, Anthony Chabert



**Films
Séries
Reportages
Documentaires
INSPIRÉS À
L'HISTOIRE DE LA
GASTRONOMIE**



**Connaître l'histoire des plats et des ingrédients
accroît notre originalité et nous aide à être uniques en cuisine**



HISTORY FOOD CHANNEL TV

La chaîne TV dédiée à l'histoire de la nourriture.
Sur VIMEO, YOUTUBE et bientôt sur TNT
Site internet: <https://historyfoodchannel.com>
Email: studio@historyfoodchannel.com



Les Clues de Barles

LES ALPES DE HAUTE-PROVENCE UN BOL D'AIR PUR

Pour vous permettre de découvrir tous les charmes des Alpes de Haute-Provence, nous vous proposons ici des itinéraires qui permettent d'explorer les différentes facettes de ce petit coin de France dont les lumières et les couleurs sont saisissantes de beauté en toutes saisons.

Que vous soyez en quête de lieux de baignade sauvage, que vous ayez envie de goûter aux délices du terroir, que vous souhaitiez vous enivrer des parfums de la Provence, que vous rêviez d'un séjour en pleine nature ou que vous aspiriez au charme paisible des villages typiquement provençaux, les Alpes de Haute-Provence sont la destination idéale. Pour les adeptes de farniente, baignade et lecture à l'ombre du tilleul ou du figuier ; pour les amateurs de sensations fortes, d'activités outdoor (de la plus accessible à la plus engagée) en communion avec la nature...

Pour tous, un grand bol d'air pur, de ressourcement et de bien-être.

Par Tatiana Geiselmann



ITINÉRAIRE

Simiane-la-Rotonde

Les Villages et Cités de caractère

Une vie qui s'écoule au rythme des saisons, des paysages qui alternent entre rivières, oliveraies et éperons rocheux. Loin du tumulte des grandes villes, les Alpes de Haute-Provence font partie de ces territoires ruraux, qui ont su conserver la quiétude propre à la vie paysanne. Les quelques 200 communes qui jalonnent le département en sont un parfait témoin, avec leurs maisons de pierre sèche, leurs vestiges médiévaux et leurs calades. Dans cet itinéraire, nous vous proposons de partir à la découverte de ces petits bijoux préservés, villages de caractère au charme authentique, perdus dans la montagne, entre lacs et champs de lavande.

SIMIANE-LA-ROTONDE

Nous commençons notre déambulation aux portes du Luberon, à Simiane-la-Rotonde, un bourg typiquement provençal perché au-dessus des parterres de lavande. Construit autour de la rotonde dont il tire son nom, le village a su conserver son architecture d'antan : les maisons aux façades fleuries sont parées de portes en bois sculpté, de petits jardins suspendus offrent de beaux points

de vue sur la plaine, les ruelles sont tapissées de pierres calcaires (les fameuses « calades » provençales). Au sommet du village le château et sa fameuse rotonde valent la peine de s'y arrêter. Si l'extérieur de l'édifice peut sembler un peu massif, à l'intérieur, masques gravés, arcades et ogives soutiennent une très belle coupole de pierre élancée, haute de cinq mètres. Avant de repartir, faites aussi le crochet par l'Abbaye de Valsaintes, à seulement quatre kilomètres de là, remarquable notamment pour sa roseraie riche de plus de 500 variétés de roses.

SAINT-MICHEL L'OBSERVATOIRE

À un peu de moins de 30 minutes en voiture de Simiane-la-Rotonde, nous vous conseillons de faire un tour dans la petite Commune de Saint-Michel l'Observatoire, située entre la montagne de Lure et le massif du Luberon. Vous pourrez vous rendre au Centre d'Astronomie, il dispose d'un impressionnant parc instrumental : une coupole et une géode, de nombreux télescopes, des jumelles astronomiques et propose un parcours du Système Solaire en réalité augmentée...



Dauphin, Village et Cité de Caractère

© VCC04-Thibaut Vergoz



Mane, Village et Cité de Caractère

© VCC04-Thibaut Vergoz



Cruis, Village et Cité de Caractère

MONTFURON

Avec son moulin à vent construit sous Louis XIV, fièrement dressé sur sa butte, Montfuron est un magnifique village perché offrant un panorama unique à couper le souffle. Pour les amoureux de Géologie, le village abrite toutes sortes de fossiles, notamment des fossiles marins. Autre particularité, son église à clocher carré bâti en pierres sèches.

DAUPHIN

La suite de notre parcours nous emmène du côté de Dauphin, un des plus beaux villages perchés de la Haute-Provence. Pour cela, empruntez les départementales 18 puis 5. Ce village de caractère est truffé de maisons en pierre ocre, de passages couverts et couronné d'un pittoresque clocher en tuiles d'écaille vertes. Ne manquez pas de faire une halte à l'église Saint-Martin, elle occupe l'emplacement de la chapelle du château et date des XII^e et XVI^e siècles. Elle est dotée d'une voûte remarquable en croisés d'ogives, formant rosace et possède un joli clocher en tuiles écailles vertes.

MANE

Reprenez ensuite la route, via la D4100 jusqu'au village de Mane. En chemin, vous croiserez le Château de Sauvan, le « petit Trianon de la Provence », ainsi que le musée et les jardins de Salagon, Parc saisissant doté de 1 700 espèces végétales, d'un prieuré médiéval et d'une église romane. À Mane, admirez les maisons anciennes, les hôtels particuliers et l'harmonie qui règne dans ce village, entièrement bâti en pierre blonde, la « pierre de Mane », autrefois exploitée dans la région. Pour le déjeuner, deux excellentes adresses à vous conseiller : La Reine des Prés, ancienne ferme du XVIII^e siècle proposant une cuisine de tradition, et la Manne Céleste, où vous dégusterez panisses et beignets de courgette, élaborés avec des produits bios et locaux.

CRUIS

Une fois repus, suivez la D950 puis la D951 pour atteindre Cruis, à 700 mètres d'altitude. Dans ce petit bourg de 600 habitants, le chant des cigales et des grillons ainsi que le clapotis des fontaines plonge directement les visiteurs dans cette douceur



Lurs, Village et Cité de Caractère



Riez, Village et Cité de Caractère



Moustiers-Sainte-Marie, Village et Cité de Caractère



Castellane, Village et Cité de Caractère

de vivre si provençale. Aventurez-vous au sein de l'église et du cloître aux pierres rouges et toit de lauze, au centre du village, pour contempler l'impressionnant retable baroque recouvert de feuilles d'or trônant sous la voûte.

LURS

Nous reprenons la voiture pour un trajet d'une trentaine de minutes en direction de Lurs, un magnifique village perché en balcon au-dessus de la vallée de la Durance. Peu avant d'arriver à destination, vous commencerez à apercevoir les oliviers centenaires qui s'étalent en cascade en contrebas du village. Considérée comme l'une des cinq plus belles oliveraies de France, Lurs a tout de la carte postale : les maisons de pierre collées les unes aux autres, les allées de laurier et de glycine, les rues étroites et la lumière de Provence qui se reflète à l'envie sur les façades. Pour découvrir les délices du terroir, n'hésitez pas à vous glisser dans l'ancre de Justine, place du Monument, où vous trouverez notamment des bouteilles de la savoureuse huile d'olive pressée au moulin du village.

SAINT-MARTIN-DE-BRÔMES

À proximité des Gorges du Verdon, Saint-Martin-de-Brômes est un petit village typiquement provençal : il a été bâti en amphithéâtre sur le flanc de la colline du Castelleras, autour de son église. Son patrimoine est visuellement prégnant. Il jouit d'un riche patrimoine : la tour de l'horloge du XIV^e siècle, l'église du XII^e siècle, ses fontaines, son lavoir et ses vieilles maisons dont les façades sont ornées de linteaux sculptés et millésimés.

RIEZ

Nous quittons le pays de Forcalquier pour pénétrer au sein du Parc naturel régional du Verdon, en faisant étape à Riez. La petite bourgade est implantée au pied du mont Saint-Maxime et est notamment connue pour ses gypseries, décors en plâtre sculpté que l'on retrouve sur les murs des maisons, au-dessus des portes d'entrée, sur les colonnes des églises, sur les escaliers, les cheminées, les plafonds. Le plus bel exemple de cet art, popularisé par François I^{er} à la Renaissance, est visible sur la devanture de l'Hôtel de Mazan, dans la Grand rue. En marchant moins de cinq minutes, vous pouvez ensuite vous attabler à l'hôtel des Colonnes pour un apéritif à base de saucissonnades, fromages de chèvre et légumes du soleil.

MOUSTIERS-SAINTE-MARIE

Nous remontons en voiture pour un trajet d'une vingtaine de minutes sur la D952 jusqu'à Moustiers-Sainte-Marie, un magnifique village niché entre deux falaises, labellisé « Plus Beaux Villages de France ». Maisons colorées aux volets pastels, placettes pavées, cascades, rivière bleu azurée, cafés, bars et boutiques d'artisans par dizaine : tous les ingrédients sont réunis pour succomber à la magie du lieu. Moustiers a aussi la particularité d'héberger un savoir-faire mondialement reconnu, celui de la faïencerie, un art perpétué ici depuis plus de 400 ans. Vous pouvez en contempler les coulisses en vous rendant à la Faïence Bondil, classée « entreprise du patrimoine vivant », qui organise des visites de ses ateliers sur rendez-vous en semaine. Pour vous restaurer, un large choix s'offre à vous. Nous vous recommandons la Cantine, avec sa cuisine maison sans chichi, et la Bastide de Moustiers, une étoile au guide Michelin et un goût de Provence sur la langue.



Entrevaux, Village et Cité de Caractère



Annot, Village et Cité de Caractère

© VCC04-Thibaut Vergoz

CASTELLANE

Nous empruntons à nouveau la départementale 952 jusqu'à Castellane, jolie cité très animée de Provence, point de base de tous les amateurs de sports d'eau vive. Anciennement ville fortifiée, la bourgade a gardé de l'ère médiévale une partie de ses remparts et notamment deux de ses tours, la tour de l'Horloge, au murs jaune éclatant, et la tour Pentagonale. En levant les yeux au ciel, vous verrez aussi juchée, sur la falaise, la chapelle Notre-Dame, plantée au-dessus du Roc, que vous pouvez gravir en moins d'une heure de marche. Même si la pente est ardue, le jeu en vaut la chandelle, car vous pourrez profiter d'un magnifique panorama sur le village et les Gorges du Verdon.

ENTREVAUX

Avant de rejoindre le bourg d'Annot, faites un crochet par Entrevaux, ancien village médiéval fortifié, érigé sur la roche et célèbre pour sa citadelle signée Vauban. Rien que l'arrivée dans la cité donne le ton : en passant sous la grande poterne et sur le pont-levis, on comprend qu'ici, on entre dans l'Histoire. Les maisons sont hautes et colorées, les ruelles tortueuses, les remparts et le chemin de ronde quasi intacts. Bien sûr, la visite de la Citadelle est un incontournable et vous récompensera d'une vue époustouflante sur les toits des maisons, les oliveraies, les jardins en terrasse et les montagnes alentours.

ANNOT

Le village d'Annot est lui aussi resté dans son jus moyenâgeux. Perdu au milieu des grès, la bourgade a gardé une atmosphère de vieux village provençal, où le temps s'écoule sans hâte. Les maisons de pierre claire (du grès, forcément) se mêlent aux fortifications historiques, tout en laissant le soleil se frayer un chemin, illuminant placettes et fontaines. Pour une expérience hors du commun, vous pouvez prendre place sur les banquettes du train des Pignes à vapeur que des bénévoles font circuler entre Puget-Théniers et Annot (les dimanches et certains jeudis du printemps à l'automne) et qui serpente à travers la montagne, laissant derrière lui une épaisse fumée blanche.

COLMARS-LES-ALPES

Nous prenons de la hauteur pour la fin de notre circuit, en remontant la D908 jusqu'à Colmars-les-Alpes. Ancienne frontière entre la Provence et la Savoie, la ville est marquée par son passé militaire et défensif, visible notamment aux deux imposants forts qui encadrent la ville. Entouré de pics et de sommets parfois enneigés, qui nous rappellent que nous sommes aux portes des Alpes, le village n'en reste pas moins provençal, avec ses façades colorées, ses cadrans solaires, ses placettes. Aux alentours, la nature est luxuriante, lacs, cascades et forêts s'offrant aux visiteurs munis de chaussures de marche.



Colmars-les-Alpes, Village et Cité de Caractère

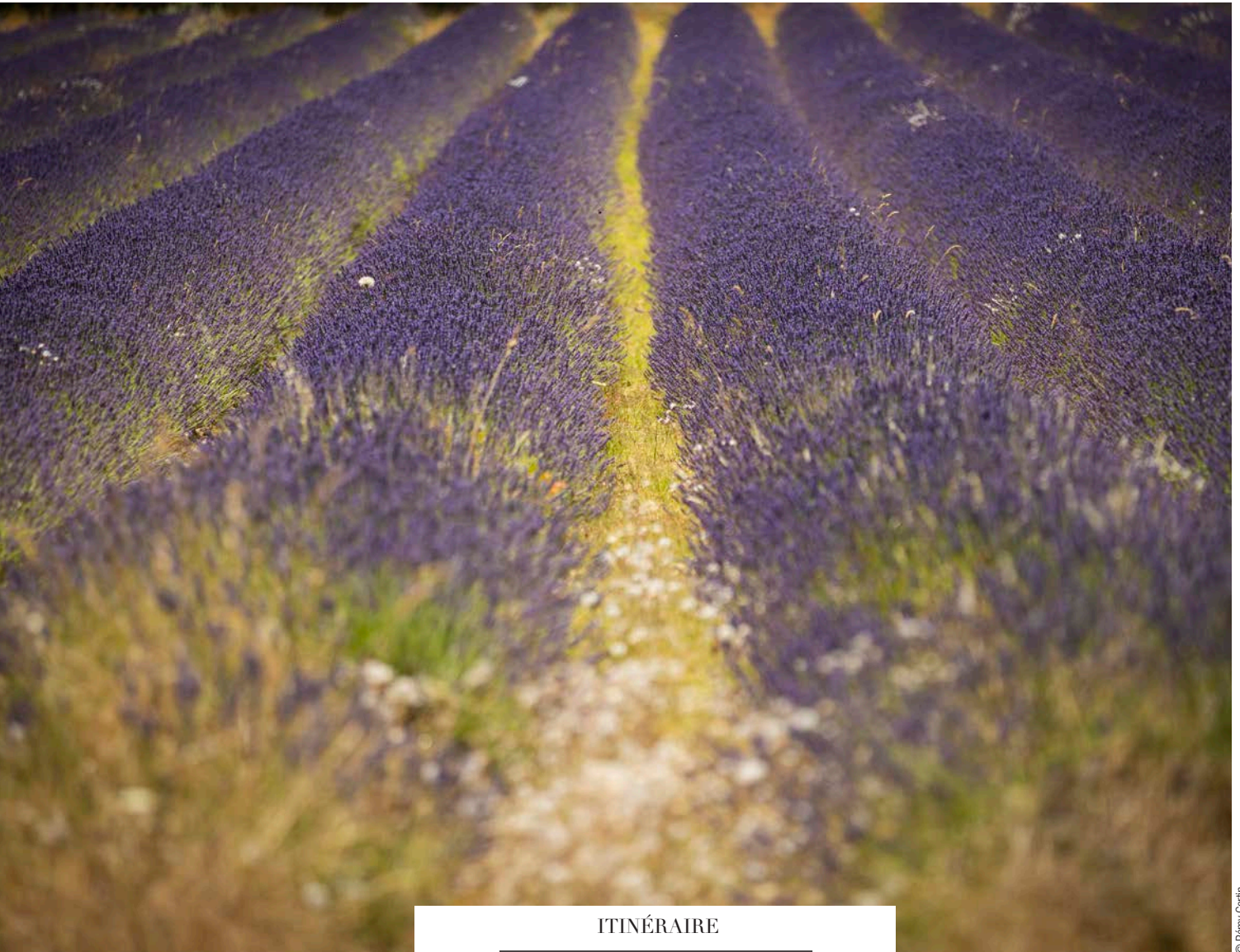
© AD04-Foehn Photographie

SEYNE-LES-ALPES

Pour terminer notre aventure, nous nous enfonçons encore plus loin dans le massif alpin, pour gagner le village montagnard de Seyne-les-Alpes. Un havre de paix, caché au cœur d'un cirque de hautes montagnes, à 1260 mètres d'altitude. Dans ce bourg bâti tout en longueur, vous trouverez de vieilles poternes, quelques maisons à colombage, de petites placettes et des lavoirs, mais aussi d'anciens remparts et une fortification Vauban qui domine la cité. Le fort peut d'ailleurs se visiter et permet de bénéficier d'une vue sur toute la vallée. Idéal pour une pause pique-nique. Si vous préférez dîner assis à une bonne table, vous pouvez opter pour La Bugade, située Grand Rue, où vous pourrez goûter la spécialité locale : la salade seynoise aux tourtons. Un excellent moyen de reprendre des forces, avant de partir à l'assaut de la montagne.



Le Fort Vauban à Seyne-les-Alpes, Village et Cité de Caractère



ITINÉRAIRE

La route de la lavande

Jean Giono disait de la lavande qu'elle est « l'âme de la Provence ». Une plante estivale (elle fleurit de la mi-juin à la mi-août) qui a fait la renommée de la région, et dont la culture s'étend du Vercors à la Sainte-Victoire, des Gorges de l'Ardèche aux Gorges du Verdon. Ses champs aux reflets violets s'étendent sur plus de 1 000 kilomètres, dont une bonne partie se situe au cœur des Alpes de Haute-Provence. C'est cet espace central que nous vous proposons de parcourir, de la montagne de Lure jusqu'au massif des Monges, en passant par le célèbre plateau de Valensole. Une escapade de plus de 300 kilomètres qui vous fera traverser des paysages aux couleurs et aux senteurs inimitables, voguant de fermes en distilleries.

SIMIANE-LA-ROTONDE

Point de départ de notre voyage sensoriel : Simiane-la-Rotonde, authentique village médiéval bâti sur une falaise abrupte à 650 mètres d'altitude. Un bourg aux hautes maisons de pierre qui dispose d'une incroyable vue sur les champs de lavande alentours. C'est d'ailleurs ici que se trouve la plus importante coopérative de

lavande et de lavandin de France. Pour une première initiation aux vertus de cet or bleu provençal, n'hésitez pas à monter jusqu'à la rotonde, où des professionnels vous détailleront les utilisations thérapeutiques des huiles essentielles produites localement à partir de ces fleurs. Vous pouvez aussi faire un crochet par les jardins de l'Abbaye de Valsaintes, à quelques encablures, qui regorgent de plantes méditerranéennes précieuses.

FORCALQUIER

Quittez Simiane par la D51 en direction de Banon, autre joyau de la Haute-Provence, qui mérite un arrêt gourmand, notamment pour son célèbre fromage de chèvre éponyme. Reprenez ensuite la route pour longer la montagne de Lure via la D950 jusqu'à Forcalquier, joyeux village provençal, dont la citadelle offre un panorama à 360 degrés sur les paysages environnants. Prenez ensuite le temps de déambuler dans les ruelles de la cité avant de vous rendre au Couvent des Cordeliers, dont le cloître et le magnifique jardin abritent l'Artemisia Museum, un musée consacré aux plantes à parfum, aromatiques et médicinales de Haute Provence, où la



Valensole



© Rémy Corfin

lavande occupe bien sûr une place de premier ordre. Des ateliers de création de parfum, d'aromathérapie ou encore d'herboristerie sont régulièrement organisés, pour mettre soi-même les mains à la pâte. Avant de repartir, faites le plein de friandises à la Biscuiterie artisanale de Forcalquier, installée dans une ancienne forge, avenue Saint-Promasse.

MANOSQUE

Pour atteindre notre prochaine étape, nous empruntons la D4100 et faisons une rapide halte à Mane et son prieuré d'époque Renaissance, avant de bifurquer sur la D5 direction Manosque. Véritable poumon économique du département, Manosque fait partie de ces villes de Provence qui ont su préserver leur charme d'antan. Au milieu des ruelles et placettes du centre-ville, vous trouverez nombre de commerçants proposant toute une gamme de délices sucrés et salés, élaborés localement : huiles d'olive, safran, miels, chocolats, biscuits et bien sûr lavande. En périphérie de la commune, la célèbre marque cosmétique L'Occitane en Provence propose des visites guidées de son usine.

VALENSOLE

Cap désormais sur le plateau de Valensole, l'un des plus importants lieux de culture de la lavande et du lavandin. En vous enfonçant sur la D6 vous commencerez à voir apparaître les premiers champs de lavande, qui finiront par se transformer en un véritable océan de vagues mauves et bleues. N'hésitez pas à vous arrêter en chemin dans une des distilleries : la Maison Angelvin Lavandes, producteur-récoltant depuis quatre générations ; Terraroma Jaubert, maison familiale depuis quatre générations ; la Ferme du Riou, avec sa chaudière à paille de lavande (une méthode ancestrale perpétuée, là aussi, depuis quatre générations) et Les Grandes Marges, exploitation en agriculture biologique, transmise (une nouvelle fois) depuis quatre générations.

BARRÈME

Après avoir sillonné le plateau de Valensole, faites un crochet par le lac de Sainte-Croix, à l'eau bleu turquoise, avant de remonter, via les départementales 953 puis 108, jusqu'à Saint-Jurs, le village le plus haut du plateau qui offre une vue panoramique sur les champs bleutés.



© Rémy Ortin

Remontez ensuite en voiture pour un trajet d'une quarantaine de minutes jusqu'à Barrême. En chemin, vous traverserez Mézel, dont la distillerie coopérative est une des plus vieilles du département encore en activité. Celle de Barrême est pour sa part à l'arrêt depuis des années, transformée en musée, mais sa visite n'en est pas moins instructive. Le vieux bâtiment couleur ocre a gardé sa haute cheminée de brique rouge et constitue un témoin unique de l'essor des usines de distillation dans l'arrière-pays de Grasse au XX^e siècle. A l'intérieur, l'histoire de la petite fleur bleue vous sera contée, du développement de sa cueillette à sa culture, vous découvrirez aussi les différents usages de la lavande au cours des siècles, et notamment son étroit lien avec le monde de la parfumerie.

DIGNE-LES-BAINS

Notre itinéraire pour rallier Digne-les-Bains, notre prochaine étape, ne sera pas des plus directs, mais il vous permettra de traverser les plus beaux paysages de lavande de la Haute-Provence. Pour cela, redescendez dans la vallée de l'Asse par la D907, puis entamez l'ascension de la D101 pour gagner Entrevennes. Arrêtez-vous pour profiter du panorama à couper le souffle dont dispose ce petit village érigé en couronne sur un promontoire rocheux : ici, amandiers et pins centenaires côtoient champs de lavande et de lavandin, le tout baigné dans une délicieuse odeur de garrigue provençale. Continuez de grimper sur le plateau de Puimichel, en bifurquant sur la départementale 12, elle aussi riche en points de vue sur les sillons de lavande. Avant de prendre la direction de Digne, sur la N85, faites un

détour par La Bonne Etape, le restaurant gastronomique de Château-Arnoux-Saint-Auban, une étoile au guide Michelin, qui vous réglera d'une cuisine ensoleillée d'une grande finesse. A Digne, vous pourrez continuer de vous enivrer de lavande, puisque la capitale des Alpes de Haute-Provence est aussi la capitale de la petite fleur bleue odorante. La cité thermale en fête d'ailleurs chaque année la fin de la récolte, au travers d'une immense foire, incontournable pour les parfumeurs et les particuliers, qui peuvent y faire de très bonnes affaires.

SISTERON

Pour clore notre circuit fleuri, direction la cité médiévale de Sisteron. Pour cela, remontez la vallée des Duyes jusqu'à Thoard, petit village perché à 780 mètres d'altitude, d'où vous pourrez profiter d'un très beau point de vue sur les lavandes qui inondent les versants sud du massif des Monges. Rejoignez ensuite le col de Fontbelle, puis traversez les minuscules villages d'Authon et de Saint-Geniez, enfouis au creux de collines boisées, pour finalement redescendre sur Sisteron. Sur votre passage, vous pourrez admirer les dernières pousses de lavande, qui laisseront ensuite place à un décor plus minéral. Vous passerez notamment à côté d'une des « Sentinelles » de l'artiste britannique Andy Goldsworthy, immense cairn de pierres en forme d'oeuf. Une fois arrivé à Sisteron, prenez le temps de gravir les marches jusqu'à la citadelle, qui vous récompensera d'un panorama à 360 degrés sur la région. Regagnez ensuite le centre-ville, pour flâner dans les rues et vous attabler dans une des nombreuses adresses de la commune.





Fromage de Banon

ITINÉRAIRE

La route des saveurs et des senteurs

La simple évocation du mot Provence suffit à convoquer des parfums de lavande, de verveine, de garrigue et de pinède, des saveurs de miel, d'agrumes, d'amande et d'anis, des paysages de vignes et d'oliviers. Qui dit Provence, dit en fait vacances des sens. C'est donc pour partir à la découverte de ces richesses, que nous vous proposons de réaliser, en une journée, un itinéraire des saveurs et des senteurs. De visites d'usines en dégustations, vous ferez le tour des plus beaux fleurons de la Haute-Provence et irez à la rencontre de ces confiseurs, parfumeurs et oléiculteurs qui perpétuent les savoir-faire authentiques et éthiques de ce petit bout de France.

BANON

Pour entamer notre voyage gustatif, nous plongeons directement dans les saveurs corsées du Sud, avec du fromage. C'est donc à Banon que nous débutons notre périple, dans la fromagerie éponyme, située à Haut Carniol. Cachée au milieu d'un magnifique parc de chênes blancs, cette entreprise artisanale et familiale élabore une large gamme de fromages de chèvre frais et affinés, dont le fameux

Banon, fromage d'Appellation d'Origine Protégée, à la douceur inimitable. Fabriqué à partir du lait de chèvres élevées en pâturage, ce fromage est traditionnellement emballé dans des feuilles de châtaignier séchées, fermées par un brin de raphia, afin qu'il se conserve parfaitement et qu'il développe tous ses arômes. Vous pourrez comprendre cette célèbre technique du pliage au sein de la Fromagerie de Banon, qui propose aussi, sur demande, des séances de dégustations.

MANE

Après une trentaine de minutes de trajet sur la départementale 5, nous atteignons Mane, coquet village moyenâgeux dans lequel trois entreprises spécialisées dans les parfums de Provence ont décidé de poser leurs valises. Commençons par Collines de Provence, manufacture de parfums installée à Mane, dans le Parc de Pitaugier, depuis 1982. Ici, verveines, citron et lavandes sont cueillies puis assemblées dans la plus pure tradition avant d'être intégrées dans une eau de toilette ou dans une bougie parfumée. Posté à quelques mètres seulement, Ciel d'Azur Labs puise aussi dans les bienfaits de la nature



Terrine de la Maison Telme



Amandes grillées de Valensole



Pastis prestige Henri Bardouin

pour créer ses cosmétiques bio et équitables, concoctés à partir d'aloë vera cultivé sur place. Pour faire le plein de crèmes, gels et sérums, rendez-vous dans la boutique attenante à l'usine. Dernière halte, gustative cette fois, immanquable à Mane : Cueilleur de Douceurs, un fabricant artisanal de bières et de sirops bios. Réalisées à partir de baies sauvages, de fruits, de plantes et d'épices récoltés à la main, ces délicieuses boissons sont certifiées sans colorant de synthèse, sans arôme ajouté et sans conservateur. De quoi découvrir le vrai goût du coquelicot, de la lavande, de la figue ou encore du citron.

FORCALQUIER

Nous reprenons la route plein nord pour une demi douzaine de kilomètres jusqu'à rejoindre Forcalquier et son Couvent des Cordeliers. C'est dans ce magnifique cloître du XIII^e siècle que l'Université Européenne des Saveurs et des Senteurs (UESS) a pris ses quartiers, un pôle de référence en matière de plantes à parfum et plantes aromatiques. Accolé au centre de recherche, l'Artemisia Museum vous invite à plonger dans l'histoire passionnante de la cueillette et de la culture des végétaux, à travers un parcours

polysensoriel ludique et interactif. Vous en apprendrez plus sur la biodiversité locale, le métier d'herboriste, la distillerie et la cosmétique. Des ateliers d'aromathérapie, d'oenologie et de parfumerie sont également régulièrement proposés pour petits et grands. En moins de cinq minutes à pied, vous pourrez ensuite vous rendre à la Maison Telme, rempart Berluç Pérussis. Créée en 1947 par un artisan conserveur, cette entreprise familiale cuisine et vend des terrines gastronomiques agrémentées d'ingrédients locaux : terrine au fromage de chèvre de Banon AOC, à la fleur de lavande fine, aux amandes grillées de Valensole, au pastis de Forcalquier. Un pur délice. Pour faire glisser le tout, nous rejoignons d'ailleurs pour finir le spécialiste local du pastis, l'établissement centenaire Distilleries et Domaines de Provence, localisé avenue de Saint-Promasse. De la cueillette des plantes à l'alambic en cuivre, vous découvrirez ici toutes les étapes nécessaires à l'élaboration des apéritifs vendus par le domaine : le Pastis donc, mais aussi le Rinquiquin, la Farigoule ou encore l'Absinthe. À déguster avec modération, mais rien ne vous empêche d'en emporter pour la maison !



VILLENEUVE

En moins de 20 minutes de route sur la D216, vous pourrez gagner Villeneuve, ses maisons aux volets verts et bleus et ses champs d'oliviers. C'est en périphérie de ce pittoresque village que Terre d'Oc imagine et compose chaque jour ses collections de thé. Au sein du laboratoire, les aromaticiens vaporisent des extraits de fruits, d'épices et de fleurs sur les feuilles de thé récupérées aux quatre coins du globe, afin de créer des mélanges aromatiques enivrants. Ancrée dans une démarche de commerce biologique et équitable, Terre d'Oc s'engage, depuis 25 ans dans une démarche responsable à travers de petites et grandes actions lors de toutes les étapes du produit.

PEYRUIS

Pour rallier Peyruis, longez la Durance sur 15 kilomètres, via la D4096. Dirigez-vous ensuite vers l'Espace Saint-Pierre, où est implantée la manufacture des Comtes de Provence. Cette fabrique artisanale mitonne depuis 1986 des confitures traditionnelles au chaudron. Outre les indétrônables fraise, framboise et abricot, vous y trouverez aussi des recettes plus insolites : clémentine et pain, orange et citron, melon vanillé ou encore pêche et nectarine. Des confitures préparées à partir de produits bios, provenant essentiellement du bassin méditerranéen. Autre délice sucré à déguster au sein de l'Espace Saint-Pierre : les nougats, calissons et chocolats de Manon confiseur-chocolatier. Impossible de résister aux parfums envoûtants du chocolat fondu, de la torréfaction des amandes et de la caramélisation du miel, lors des visites de l'usine, qui se terminent (et ça tombe bien !) dans la boutique adjacente. Pour reposer un peu votre estomac, terminez votre passage à Peyruis par la découverte de Lothantique, éditeur de parfums depuis 1920. Ici, savons, bougies, parfums d'ambiance et brumes d'oreiller embaument la Provence et le terroir.

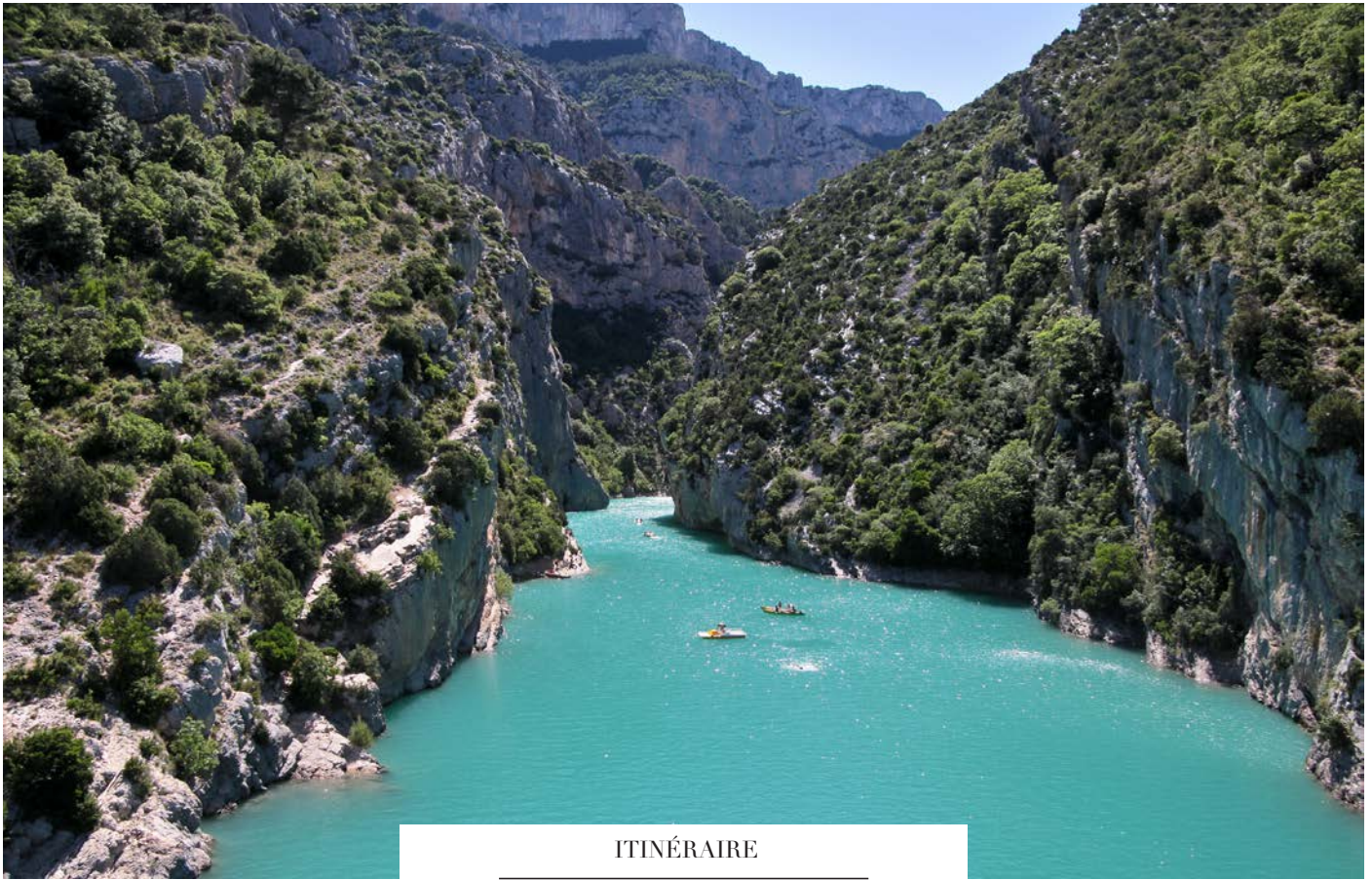
ORAISON

Pour notre prochaine halte, nous rebroussons chemin et redescendons la D4096 jusqu'à Oraison. Dans ce petit village cerclé de sauge, de lavande et de romarin, ce sont de nouveau nos papilles qui vont se régaler. Tout d'abord avec des confiseries d'exception : fruits secs enrobés, pâtes de fruits gourmandes et chocolats, confectionnés par François Doucet. Ensuite, avec une ribambelle de produits élaborés à partir d'amandes : pâtes, tartinades, boissons végétales, signées Perl'Amande. Dotées du label « Entreprise du Patrimoine vivant », ces deux sociétés perpétuent des savoir-faire ancestraux et s'impliquent dans le tissu local.

VALENSOLE

Dernière étape de notre circuit gourmand et olfactif : Valensole, la « vallée du soleil », entourée d'oliviers et d'amandiers. Pour accéder à cette jolie bourgade lovée aux portes du Parc Naturel régional du Verdon, il vous faut remonter en voiture pour un dernier trajet d'une dizaine de minutes sur la D4 et la D15. Avant même de parvenir au centre du village, arrêtez-vous au Moulin Bonaventure, une ferme biologique dotée d'un pressoir à huile et d'une distillerie. À peine moissonnés dans les champs, les fleurs de lavande, le thym et l'hélichryse sont mis à chauffer dans de grosses cuves en inox postées au centre de la ferme, afin d'obtenir des huiles essentielles et des eaux florales d'une grande fraîcheur. De la même manière, les olives, ramassées à la main aux abords du domaine, sont acheminées sans intermédiaire au moulin pour être pressées et transformées en huile d'olive vierge extra. Pour terminer notre voyage, cap sur la confiserie Apior, route de Manosque, spécialisée dans les bonbons et pâtisseries au miel. Ne manquez pas de goûter à leur pâte d'or à la propolis, sorte de pâte de fruits à la pectine de pomme et au miel, enrichie de propolis. Un vrai régal. Des pains d'épices, croquants aux amandes, sablés et tartelettes viennent compléter la gamme, le tout fabriqué sur place de manière artisanale.





ITINÉRAIRE

Le Parc naturel régional du Verdon

A cheval sur les départements du Var et des Alpes de Haute-Provence, le Parc naturel régional du Verdon s'étend sur plus de 180 000 hectares, de Saint-André-les-Alpes à Vinon-sur-Verdon. Entre la verticalité abrupte de ses célèbres gorges, les collines ondoyantes du plateau de Valensole et les paisibles étendues des lacs de Sainte-Croix et d'Esparron, le parc est un territoire de contrastes, où la nature est restée très préservée. On y recense plus de 2 000 espèces végétales, soit un tiers de la flore française. Le paradis des amoureux de nature et de sports en plein air.

LES GORGES DU VERDON

Notre exploration du Parc naturel régional du Verdon débute par son site le plus emblématique, les gorges. Creusées par la rivière du même nom, elles constituent le plus grand canyon d'Europe. Les chiffres donnent le vertige : 50 km de longueur, une profondeur de 250 à 700 mètres et une largeur qui varie de 6 à 100 mètres. Son eau couleur azur et ses falaises de calcaire majestueuses en font un des paysages les plus impressionnants de France. Pour en saisir la beauté de l'intérieur, vous pouvez descendre les gorges en kayak (pour spécialistes uniquement) ou en rafting depuis Castellane. La vieille ville provençale est aussi un haut lieu de canyoning. Si vous souhaitez observer le canyon d'en haut, empruntez la D952 le long des Gorges du Verdon jusqu'à Rougon. C'est ici que se trouve le Point Sublime, belvédère bien nommé qui offre une vue plongeante sur les méandres de la rivière. Un peu plus loin, vous pouvez rejoindre le pont de Soleils à Rougon pour vous élancer sur le sentier de l'Imbut, une

randonnée de 13 kilomètres qui permet de vous enfoncer jusqu'au lit du Verdon. Sinon, vous pouvez rejoindre le chalet de la Maline, sur la rive droite des gorges, pour une randonnée de 16 kilomètres sur le sentier Blanc-Martel, qui plonge lui aussi jusqu'au lit de la rivière mais de manière moins brutale. Si vous êtes en famille, préférez le sentier du Léopard, au départ du Point Sublime, une boucle de deux heures qui donne déjà un superbe aperçu des gorges. Pour clore la journée, reprenez la D952 jusqu'à La Palud-sur-Verdon, un village au cœur du canyon où vous trouverez nombre d'adresses pour vous restaurer. Nous vous recommandons notamment le Perroquet Vert, une auberge sans chichi qui vous réglera d'une cuisine provençale à base de produits frais.

LE LAC DE SAINTE-CROIX

Direction désormais un autre lieu incontournable du Parc naturel régional du Verdon : le lac de Sainte-Croix. Troisième plus grand lac de France, cette nappe d'eau bleu turquoise s'étire sur 2 200 hectares et est l'endroit idéal pour tout amateur d'activités nautiques. Plusieurs plages surveillées permettent de patauger en toute sécurité dans les eaux limpides du lac, y compris avec des enfants. Celles de Sainte-Croix-du-Verdon sont accessibles en voiture. Comptez une petite heure de route depuis La Palud. Si vous chérissez les sites plus calmes et sauvages, optez pour la plage de Bauduen, avec ses criques et ses étendues de galets, ou pour celle de la Cadeno, où des transats sont mis à disposition des voyageurs pour lézarder au soleil, bercé par le chant des cigales. Quel que soit votre spot de baignade, vous profiterez d'un parfait moment de



tranquillité, car les bateaux à moteur sont interdits sur le lac. Pour effectuer une balade sur le lac, nous vous conseillons de louer un pédalo ou un canoë. Pour retrouver la civilisation, remontez du côté de Moustiers-Sainte-Marie, un des plus beaux villages de France, niché au creux des collines du Verdon. Avec ses chapelles, ses fontaines, ses aqueducs et ses ruelles, le bourg invite à la flânerie. Au détour des commerces, vous tomberez forcément sur l'un ou l'autre des ateliers de faïence, lesquels ont fait la réputation du village en s'invitant jusqu'à la table du Roi Soleil.

LES BASSES GORGES DU VERDON

Serpentant de Moustiers-Sainte-Marie jusqu'à La Durance, les basses Gorges du Verdon, plus intimes que leurs grandes sœurs, sont aussi moins fréquentées. Elles valent notamment le détour pour les nombreux lacs qui jalonnent le tracé. En partant de Moustiers, il vous faudra une demi-heure pour atteindre le premier d'entre eux, le lac de Montpezat, un lieu habité dès la préhistoire. Le coin regorge de grottes, dont l'une, profonde de plusieurs mètres, marque l'entrée du lac. Reprenez la voiture pour rallier, via les D211 et D311, le lac de Quinson, le plus petit du parc régional. Lové au cœur d'une nature préservée, il se dégage une ambiance intime et sauvage de ce lac plein de charme, que vous pourrez traverser en pédalo ou en canoë. Pour accéder au lac d'Esparron, prévoyez une courte demi-heure de trajet en voiture. Ici aussi, vous serez séduit par la quiétude et la beauté du décor : falaises vertigineuses, calanques et gorges sculptent le paysage, rehaussé par l'eau cristalline du lac et le feuillage vert profond des oliviers et des vieux chênes. Posté à une quinzaine de kilomètres de là, le village de Gréoux-les-Bains mérite une escale. Qualifiée par Jean Giono « d'oasis romantique du Verdon », cette cité thermale est réputée pour ses eaux aux vertus bienfaites et thérapeutiques. Accordez-vous un moment de relaxation au sein des thermes troglodytes, avant de partir à la découverte de la paisible campagne environnante, à pied ou à vélo.

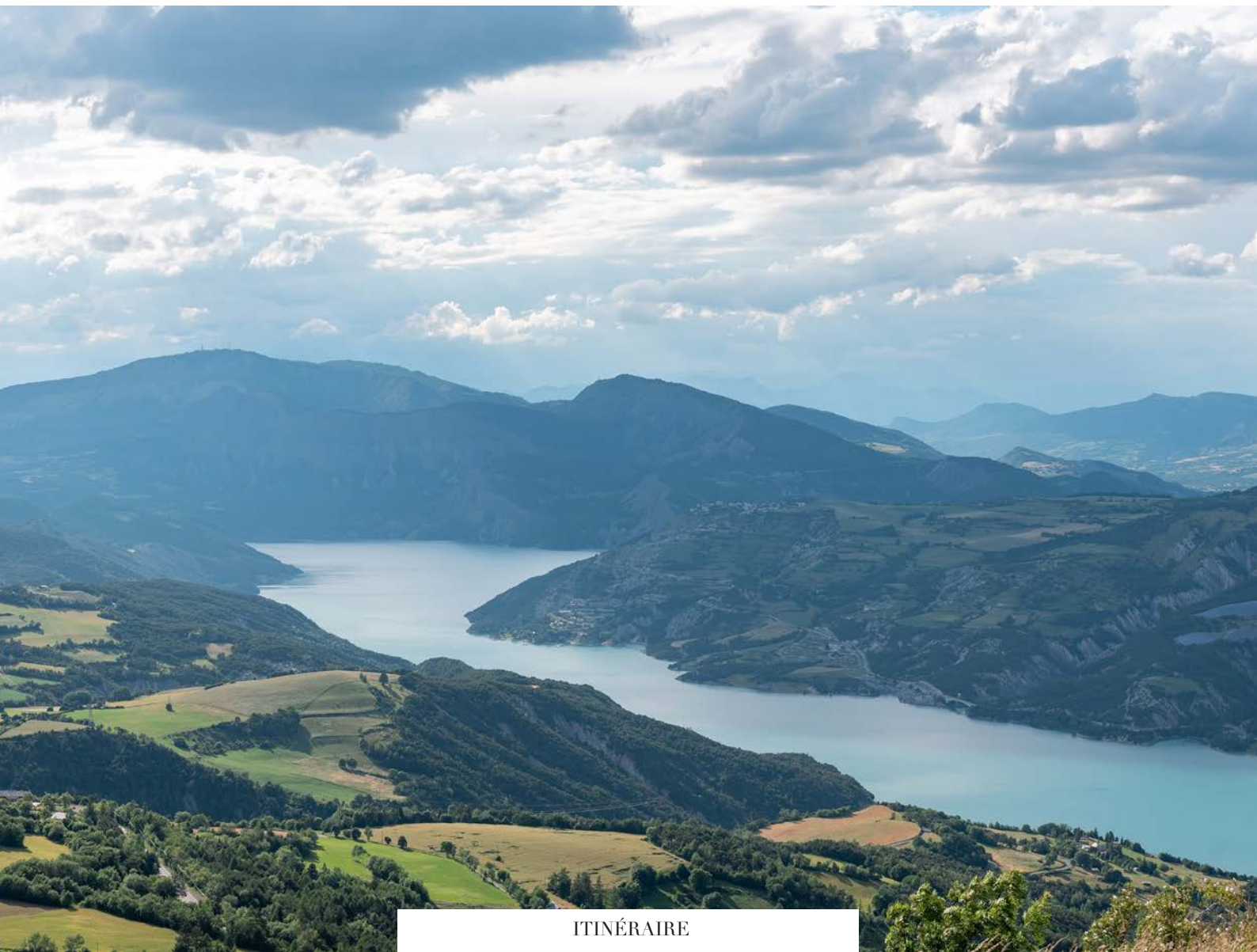
LE PLATEAU DE VALENSOLE

La suite de notre circuit nous fait progresser vers le nord, sur le plateau de Valensole. Pour cela, empruntez la D952 jusqu'à Riez, la plus antique cité des Alpes de Haute-Provence. En déambulant dans le village, vous apercevrez certains vestiges gallo-romains, comme les quatre colonnes de granit devenues le symbole de la ville ou les ruines des anciens thermes latins. Le centre du bourg est plutôt imprégné d'une ambiance médiévale avec ses ruelles étroites, ses passages couverts, ses remparts et ses placettes. Aventurez-vous dans

les boutiques du village, vous y trouverez de nombreux produits du terroir : miel, huile d'olive, gibier et même de la truffe ! En longeant la départementale 6, vous découvrirez ce qui fait la richesse du plateau de Valensole : son lavandin. En été, les reflets violacés de la petite fleur bleue s'étendent à perte de vue en un alignement géométrique, entrecoupé çà et là par des flaques dorées : le blé. Un enchantement pour les yeux et l'odorat. Vous bénéficierez d'un beau point de vue en vous rendant à Valensole, village médiéval bâti à flanc de colline.

LES ALPES EN PROVENCE

Pour terminer notre incursion au cœur du Parc naturel régional du Verdon, nous allons prendre de la hauteur et nous confronter aux pré-Alpes provençales. Elles marquent la limite du parc et sont reconnaissables à leurs trois puissants massifs : le Montdenier dont le sommet culmine à 1 750 mètres, le Chirán dont l'altitude maximale est de 1 905 mètres et le Mourre de Chanier qui domine le territoire avec ses 1 930 mètres de hauteur. Tous trois sont le paradis des aficionados de randonnée. Les points de vue y sont splendides et permettent d'embrasser du regard l'intégralité du parc, ses gorges, ses lacs, ses champs de lavande et ses villages. Pour entamer l'ascension du Montdenier, gagnez le village de Saint-Jurs, à moins d'une demi-heure de route de Valensole. De là, une balade de moins de trois heures vous permet de grimper jusqu'au sommet et de profiter d'un somptueux panorama. Les plus courageux peuvent aussi choisir le circuit partant de Moustiers-Sainte-Marie ; comptez alors sept heures de marche. Pour s'attaquer au Mont Chirán, le plus simple est de partir de la Chapelle Saint-Pierre, au-dessus du village de La Palud-sur-Verdon (une heure de route depuis Valensole). Il faut ensuite moins de trois heures pour atteindre l'observatoire astronomique de Chirán, planté en haut de la montagne. Avant de redescendre, imprégnez-vous de la vue à 360 degrés qui s'offre à vous, dévoilant les reliefs du Verdon et des pré-Alpes de Digne. Par temps dégagé vous pourrez même apercevoir les sommets des Massifs des Ecrins et du Mercantour. Réservé aux plus sportifs, le Mourre de Chanier nécessite une journée entière de marche, également au départ de la Chapelle Saint-Pierre. Le jeu en vaut cependant la chandelle, car vous serez récompensé d'une vue dégagée sur tous les sommets voisins, mais aussi sur la mer Méditerranée et ses côtes escarpées. Quel que soit votre parcours, pensez, le soir venu, à lever les yeux au ciel, car les Alpes provençales sont le royaume des étoiles : préservé de la pollution lumineuse des grandes villes, le Parc naturel régional du Verdon est un des derniers endroits en France où le ciel laisse encore voir ses astres.



Lac de Serre-Ponçon

ITINÉRAIRE

La route des lacs

© AD04 Foehn Photographie

Une eau pure et limpide, des températures comparables à celles de la Méditerranée, des berges abritées du vent et un décor de montagnes alpines. Les multiples lacs des Alpes de Haute-Provence sont une destination de vacances idéale, loin du tumulte de la ville et des foules de la Côte d'Azur. Pour partir à leur découverte, nous vous proposons ici un court itinéraire en trois étapes, de Serre-Ponçon au lac d'Allos en passant par le lac de Sainte-Croix-du-Verdon.

LAC DE SERRE-PONÇON

Notre voyage débute à la frontière des Alpes de Haute-Provence, tout au nord du département, au niveau du lac de Serre-Ponçon. Avec sa superficie de 2 800 hectares (l'équivalent de 4 000 terrains de foot !) et ses 1,27 milliards de mètres cubes d'eau (soit 340 000 piscines olympiques !), c'est le plus grand lac artificiel de France. Son eau turquoise, son cadre verdoyant, sa localisation en plein cœur des montagnes et son ensoleillement exceptionnel de 300 jours par an, en font un des bijoux des Alpes de Haute-

Provence. On dirait qu'un bout de Méditerranée est venu se poser entre les sommets alpins. Pour bénéficier d'un point de vue panoramique sur cette vaste étendue d'eau cristalline, n'hésitez pas à rejoindre le village de Saint-Vincent-les-Forts, à 1 280 mètres d'altitude, avant de redescendre sur le rivage pour profiter des nombreuses activités nautiques proposées : baignade surveillée (idéal pour les familles), location de bateau, de pédalo, de canoë. Les plus sportifs peuvent aussi s'essayer à la voile, à l'aviron, au ski nautique, au kitesurf ou encore au paddle. Les amoureux de criques sauvages et de pêche ne seront pas non plus en reste, car bien qu'artificiel, le lac est entouré d'une nature préservée : sur les 90 km que comptent les berges, seules treize sont aménagées. Enfin, pour vous restaurer, un vaste choix d'adresses s'offre à vous. Nous vous conseillons notamment Le Moss, au centre du village de La Bréole, juste en-dessous de Saint-Vincent-les-Forts, avec sa cuisine authentique et raffinée, ainsi que le restaurant Amendonné, au niveau du col Saint-Jean, à Montclar, une carte courte mais généreuse et des produits de qualité.



© ADO4 Philippe Murtas

Lac de Sainte-Croix-du-Verdon



© ADO4 Foehn Photographie

Lac d'Allos

LAC DE SAINTE-CROIX-DU-VERDON

Face à vous, une nouvelle étendue d'eau bleu turquoise, cette fois dans la plaine, entourée de lavandes, de pins et de garrigue. Un petit coin de paradis. Outre la beauté du lieu, le lac de Sainte-Croix est aussi particulièrement plébiscité pour la température douce de son eau et son ensoleillement avoisinant lui aussi les 300 jours par an. Vous pouvez, au choix, poser vos valises à Riez ou Moustiers-Sainte-Marie puis descendre jusqu'aux différentes bases nautiques du lac pour vous adonner aux joies des activités de plein air : planche à voile, catamaran, kayak, pédalo. Ici, les bateaux à moteur thermique sont interdits, afin de préserver la nature environnante et la quiétude du lieu. Si la faim se fait sentir, sachez que l'offre gastronomique autour du lac est à elle seule une raison de s'y rendre. Entre salades, bruschettas et autres plats de viandes accompagnées de légumes frais, il y a de quoi satisfaire tous les appétits. Les amateurs de pizza à pâte fine trouveront par exemple leur bonheur au Rendez-Vous ou à La Table Toscane à Riez ; pour de la cuisine provençale, vous pouvez réserver une table à La Grignotière ou à La Cantine à Moustiers-Sainte-Marie. N'hésitez pas non plus à tester les glaces saveur lavande proposées dans les deux villages !

LAC D'ALLOS

Pour notre dernière étape, nous repartons en voiture pour un trajet de deux heures, qui longe les Gorges du Verdon avant de s'élever vers les hauteurs via les D952, D955 et D908, jusqu'à atteindre le lac d'Allos. Situé à plus de 2 200 mètres d'altitude, en plein cœur du Parc national du Mercantour, c'est le plus grand lac naturel de montagne d'Europe. Un écrin paisible, entouré d'une nature sauvage. Pour rejoindre ses rives, il vous faudra vous garer au parking du Laus, puis partir pour une balade de moins d'une heure, chaussures de marche aux pieds, sac à dos sur les épaules. Une fois arrivé, profitez du calme du lieu, et de la vue : un lac à l'eau limpide où se reflètent les sommets rocheux. Tout autour, un mélange de mélèzes, de pelouses alpines et de fleurs multicolores, jaunes, bleues, rouges. Au loin, vous aurez peut-être la chance d'entendre le cri d'une marmotte ou d'apercevoir un troupeau de bouquetins, aux cornes recourbées, ou de chamois au cou blanc. Pour déguster un bon chocolat chaud et une délicieuse tarte aux myrtilles, rendez-vous au refuge du lac, avec sa belle terrasse de pierre et son intérieur de bois rustique. Déconnection garantie.



Le lac des Vannades à Manosque

ITINÉRAIRE

Durance Luberon Verdon

Par Luc Saint-Elie

Le territoire Durance Luberon Verdon, le plus à l'ouest des Alpes de Haute-Provence, se situe en dessous du territoire Provence Alpes Digne-les-Bains qu'il rejoint au niveau du plateau de Valensole. Il est bordé au sud par le Var, au sud-ouest par le haut des Bouches-du-Rhône, à l'ouest par le Vaucluse et il est traversé par la Durance et le Verdon. Les principales destinations touristiques en sont Gréoux-les-Bains, Manosque, Riez, Oraison, Valensole et Quinson... Rien que ça !

Nous vous proposons ici l'itinéraire idéal pour visiter un territoire qui brille par ses spécialités ! Ici, vous verrez au long de votre séjour que les producteurs vous proposent de bien manger ! Vous pourrez en effet déguster des truffes, des fromages et des huiles d'olive, mais aussi du miel, du safran, les fameuses amandes d'Oraison sans oublier les vins de l'AOP Pierrevert. Bienvenue sur le territoire Durance Luberon Verdon !

MANOSQUE, UNE VILLE DYNAMIQUE OÙ IL FAIT BON VIVRE

Installée sur un contrefort des collines du Luberon, sur la rive droite de la Durance, Manosque est la ville la plus peuplée des Alpes de Haute-Provence et le siège de la communauté d'agglomération Durance Luberon Verdon. Terre propice à l'art et à la culture, c'est aussi et surtout, la ville natale de Jean Giono. Né et mort à Manosque, il y a passé toute sa vie. « Ce pays-là va tout en vagues, puis se creuse en un beau val », écrivait Jean Giono, figure dominante et originale de la littérature du XX^e siècle. Visiter Manosque et ses alentours sur les pas de Jean Giono est sans doute la façon la plus

originale d'aborder la cité et de s'imprégner de cette atmosphère provençale si particulière. C'est depuis Manosque qu'écrivit celui qui s'est surnommé lui-même « le voyageur immobile ». Alors que lui-même n'a presque pas voyagé, son œuvre évoque souvent de longs voyages... Il a en effet magnifiquement conté la Provence depuis sa maison, Le Paraïs. Avec sa vue d'un côté sur la Tour du Mont d'Or et de l'autre sur son jardin arboré et les toits de la ville, aujourd'hui, Le Paraïs se visite après réservation auprès du Centre Jean Giono situé au 3 boulevard Elémir Bourges. Le lieu lui-même, l'hôtel Raffin, une belle bâtisse provençale du XVIII^e siècle, vaut le détour ! Si Manosque est indiscutablement une ville de culture, c'est aussi une étape de choix pour les amateurs de gastronomie. Pour preuve, le restaurant du très créatif chef étoilé Pierre Grein. Dans une magnifique salle, le chef propose une cuisine d'inspiration provençale de très haute qualité qui lui ont valu une étoile au Michelin et les félicitations de nombreux guides. Nous vous recommandons l'adresse Sens & Saveurs, menée d'une main de maître par un disciple d'Escoffier, le chef Sylvain Nowak. Autre coup de cœur, La Loge Bertin et son ambiance de bistrot contemporain.

À LA DÉCOUVERTE DES PETITS VILLAGES ALENTOUR

En dehors de Manosque, pour associer bonne table et découverte d'un village authentique, vous pouvez vous rendre à Montfuron. Ce village perché, situé à une douzaine de kilomètres de Manosque, offre un panorama unique et des éléments architecturaux intéressants comme un moulin à vent construit sous Louis XIV ou



Vignoble du Domaine La Blaque

© Rémy Corfin

une église médiévale avec un clocher-tour datant du XVII^e siècle. Sur la place du village, installé dans une imposante maison en pierre bénéficiant d'une petite terrasse avec tonnelle, le restaurant Chez Eric vous attend ! À une dizaine de kilomètres au nord de Manosque, le petit village de Volx vaut vraiment le détour. Depuis le château, le panorama permet d'admirer le Mont Ventoux et les Préalpes. Dans ce village typique du Luberon, ne manquez pas la visite de l'écomusée, un ancien four à chaux du début XX^e siècle rénové en musée, dédié à la culture de l'olivier. Pour une jolie parenthèse gourmande, sont installés à l'intérieur du musée, une magnifique boutique de produits locaux et un excellent restaurant : Le Petit Ribier. Au sud-ouest de Manosque, vous entrez au cœur des vins de l'appellation Pierrevert, capitale viticole de la région. LAOP Pierrevert, obtenue en 1998, recouvre les communes de Corbières, Gréoux-les-Bains, Manosque, Montfuron, Pierrevert, Quinson, Saint-Laurent-du-Verdon, Saint-Martin-de-Brômes, Sainte-Tulle, Villeneuve et Volx. Plusieurs circuits viticoles permettent de visiter les domaines de Pierrevert : « Le sentier des vignerons », un itinéraire de 4,5 km qui part de la cave coopérative Petra Viridis et « La boucle de Saint Patrice », qui évolue entre vignes et patrimoine. À la Gardette, le restaurant du golf du Luberon, est une autre façon de découvrir les vins des Domaines et Châteaux de l'appellation, vous vous verrez proposer l'ensemble des vins de Pierrevert. Après les vins, il est indispensable de découvrir l'huile d'olive de Provence. Pour cela, rendez-vous au Moulin de l'Olivette, un des plus anciens moulins à huile du département, et un des plus gros fabricants d'huile d'olive en France !



Restaurant Chez Eric à Montfuron

© Rémy Corfin



Champ de lavande du plateau de Valensole

GRÉOUX-LES-BAINS, UN VILLAGE TYPIQUEMENT PROVENÇAL

S'il fallait un étendard à l'idée de « slow tourisme » orienté vers le bien-être, Gréoux-les-Bains serait une sérieuse candidate. Ce village, situé dans le Parc naturel régional du Verdon, est la troisième station thermale de France. L'eau des Thermes, riche en soufre, calcium, et magnésium, jaillit naturellement à 44°C. Ce sont les Romains qui ont créé les premiers thermes, à l'endroit du bâtiment actuel, situé en bordure d'un grand parc ombragé. Avec d'un côté le Parc naturel régional du Verdon et de l'autre, 300 jours de soleil par an, Gréoux-les-Bains bénéficie d'un cadre idéal pour la pratique de multiples activités de pleine nature. C'est le point de départ d'un très large panel de sentiers de randonnées et de circuits à parcourir à vélo, pour tous les niveaux. Du plateau de Valensole et ses champs de lavande à perte de vue, aux sublimes lacs et gorges du Verdon, en passant par les montagnes Sainte-Victoire et Lure, les circuits offrent des paysages exceptionnels ! Pour les sportifs confirmés, l'Office de Tourisme a concocté un dépliant recensant pas moins de 14 parcours cyclo sport. Noter que le dernier dimanche de mai, la cyclo sportive « Les Boucles du Verdon » attire entre 600 et 1200 participants venus de toute la France. Les VTTistes disposent, quant à eux, de plus de 50 circuits classés par difficulté (les tracés GPS sont disponibles à sur www.provence-verdon-vtt.fr).

LE VERDON, UN PARADIS POUR LES RANDONNEURS

Entre Gréoux-les-Bains et le lac de Sainte-Croix, en passant par les lacs d'Esparron-de-Verdon et Montpezat, le Verdon est un paradis pour les randonneurs et amoureux de nature. Les lacs permettent de s'adonner à une foule de sports nautiques et de façon globale, les Basses Gorges du Verdon, proposent un Verdon apaisé où les balades sur l'eau se font au travers d'une nature sauvage (le lac d'Esparron est protégé de toute construction sur ses rives par la loi montagne). À Esparron, vous trouverez « le Jardin au Safran », une safranière située au cœur du village. La visite est possible les matins durant la récolte. Les productions de safran, tout comme celles de nombreuses autres productions locales, se retrouvent sur les marchés de Riez, Gréoux-le-Bains, Esparron-de-Verdon, Quinson (en été) et Moustiers-Sainte-Marie.

LA ROUTE DE LA LAVANDE

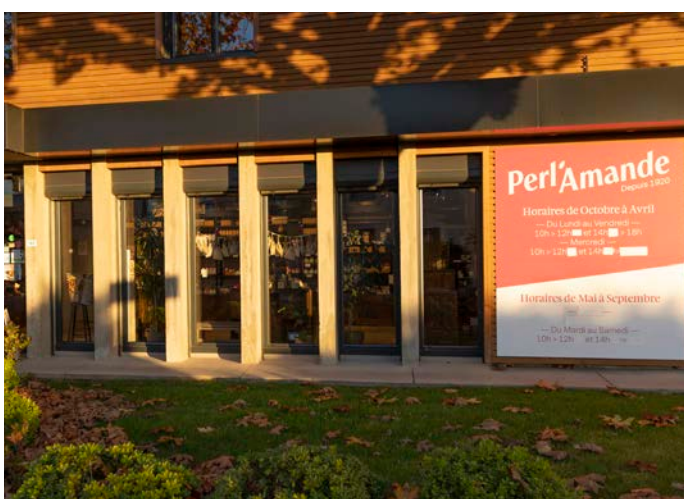
Image d'épinal de la région, le Plateau de Valensole et ses champs de lavande est un incontournable. Nous vous proposons deux façons de l'aborder : apprendre comment la lavande s'élève et se distille puis la visite proprement dite. À Valensole, les producteurs sont nombreux. La maison Lavandes Angelvin vous dévoilera tous les secrets d'une bonne récolte et d'une distillation selon les méthodes traditionnelles permettant de conserver une huile essentielle de haute qualité. Une fois



Le village de Gréoux-les-Bains



Producteur de la coopérative Couleurs Paysannes



Boutique Perl'Amande à Oraison



Les amandes d'Oraison

© Rémy Corfin

rompu aux techniques de production, prenez la Route de la Lavande. Le Carnet de route est disponible dans les Offices de Tourisme. Ce circuit permet de découvrir de très beaux villages comme Riez, Valensole ou encore Puimoisson. À Quinson, ne manquez pas une visite du Musée de préhistoire des Gorges du Verdon. À Puimoisson, vous pourrez déjeuner au Café des Arts, un restaurant traditionnel qui fait la part belle aux produits du terroir. Si vous décidez de vous écarter un peu de la route pour prendre de la hauteur, de l'autre côté de la Vallée de l'Asse, toujours parmi les champs de lavande, vous arrivez à Entrevennes, un village perché surplombant une partie du plateau de Valensole. Le sommet du village offre un point de vue remarquable, le patrimoine architectural y est assez exceptionnel avec un château du XVII^e siècle, une maison du XVI^e siècle, des graffitis anciens datant de 1564 et un riche patrimoine religieux. À Entrevennes, vous pourrez faire étape à La Campagne de Petre, une magnifique bastide en pierre au milieu des champs de lavande. Le chef y propose une cuisine traditionnelle de qualité à base de produits locaux. Si l'aspect bucolique du lieu vous emporte, le lieu dispose aussi de chambres d'hôtes. Enfin, les amateurs de truffes profiteront de la Route de la Lavande pour faire une halte à Montagnac-Montpezat. Si le plateau de Valensole a été à l'origine de l'histoire et de l'essor de la trufficulture dans toute la région, Montagnac-Montpezat s'en est fait une spécialité et une fête s'y déroule tous les ans, la prochaine aura lieu le 22 janvier. Encore une petite

entorse au strict respect du circuit de la Route de la Lavande, remontez une vingtaine de kilomètres vers le nord à Oraison. Oraison est une jolie petite cité au carrefour du Luberon et des Gorges du Verdon, qui présente la particularité d'être située dans un cadre naturel de 2 300 hectares de forêts de chênes blancs et de chênes verts, qui lui vaut le surnom de « Ville à la campagne ». Oraison a la particularité d'accueillir la Fête de l'Amande durant le second week-end d'octobre. Cet événement, qui rassemble producteurs et transformateurs, attire chaque année plusieurs milliers de personnes dans une ambiance très animée. L'amande de Haute-Provence, en instance d'obtenir un Label Rouge, est prisée des confiseurs pour son parfum et son croquant. Vous trouverez plusieurs entreprises travaillant l'amande à Oraison parmi lesquelles Perl'Amande, dont l'usine se visite. Vous pourrez retrouver les différents producteurs à La Maison de Pays du Verdon à Allemagne-en Provence ou bien à la coopérative Couleur Paysannes (Valensole, Manosque et Venelles). Bonne route !

Destination
HAUTE-PROVENCE
DURANCE LUBERON VERDON

Office de Tourisme de Gréoux-les-Bains

Tél : 04 92 78 01 08 - www.greoux-les-bains.com

Offices de Tourisme de Riez - Tél : 04 92 77 99 09

Valensole - Tél : 04 92 74 90 02 - Quinson - Tél : 04 92 74 01 12

Oraison - Tél : 04 92 78 60 80 - www.durance-luberon-verdon.com



© Lenatunographie

Montclar

ITINÉRAIRE

Provence Alpes Digne-les-Bains

Par Luc Saint-Elie

Des pistes de ski de la Vallée de la Blanche, aux champs de lavande du plateau de Sainte-Croix-du-Verdon en passant par les champs d'oliviers des Mées et les faïences de Moustiers-Sainte-Marie, le territoire de Provence Alpes Digne-les-Bains est très vaste. Toutes les ambiances imaginables y sont réunies, rassemblées autour d'un caractère commun : celui de la douceur et de l'accueil provençal.

Le territoire de Provence Alpes Digne-les-Bains, transition entre la Provence et les Alpes, propose des paysages d'une variété assez spectaculaire. Commençons au nord, par la vallée de la Blanche et ses vastes étendues neigeuses autour de Seyne-les-Alpes. Dans une nature impressionnante et un décor typiquement alpin, huit villages montagnards de caractère vous attendent ainsi que trois stations de montagne, Montclar, Chabanon-Selonnet, Le Grand Puy, auxquelles il faut ajouter le domaine de ski nordique du Fanget. Ces magnifiques domaines ont la réputation justifiée, d'être abordables à tout point de vue. Pour preuve, Montclar, Chabanon et Le Grand Puy ont été élues parmi les stations les moins chères de France et ont l'avantage de proposer des pistes familiales très accessibles, y compris aux enfants. Les skieurs plus accomplis trouveront aussi leur bonheur, Montclar propose un domaine d'altitude qui culmine à près de 2 500 mètres.

UNE RICHE GASTRONOMIE LOCALE

Situé au cœur de l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence, un label mondial attribué par l'UNESCO à un territoire rural pour la richesse de son patrimoine géologique, naturel et culturel, cette destination touristique jouit d'une grande richesse culturelle se retrouvant notamment dans la gastronomie locale. Vous ne trouverez pas moins de trois maîtres-restaurateurs avec Les Alisiers et Le Clos Mandarin à Montclar et L'Insolent à Seyne-Les-Alpes et un grand nombre

de tables de très belle tenue comme Le Sel au Nez à Selonnet, le restaurant de l'hôtel Le Relais de la Forge, où vous pourrez déguster une cuisine traditionnelle de qualité et des spécialités montagnardes. Pour les fans de ski ou les amoureux de la montagne, nous vous conseillons Les Claperies à Montclar. Ce restaurant d'altitude propose, à 1 625 mètres d'altitude au cœur des pistes, une cuisine traditionnelle réalisée à base de produits du terroir. Pour les friands de produits locaux, rendez-vous dans la vallée de la Blanche où se perpétue la tradition des marchés provençaux. Vous pourrez aussi vous rendre à Montclar à La Ferme aux Saveurs, une coopérative qui regroupe une trentaine de producteurs. Les amateurs de viande de pays visiteront avec bonheur La Ferme des Pelissones à Seyne-les-Alpes où des bœufs Angus sont élevées de façon respectueuse et traditionnelle. Pour associer tradition et originalité, à Montclar toujours, la ferme Au Doux Melèze élève des alpagas et cultive du safran. La ferme se visite et propose diverses activités. À noter aussi, l'originale brasserie de l'Aubrée installée à Selonnet.

UNE SITUATION GÉOLOGIQUE PARTICULIÈRE

En descendant, vous arriverez dans la région de Digne-les-Bains. Installée à 600 mètres d'altitude au confluent de trois vallées, la Bléone, le Mardaric et les Eaux-Chaudes et littéralement adossée au Massif enneigé de l'Estrop, Digne-les-Bains est au centre géographique du département des Alpes de Haute-Provence. La ville doit son nom à sa situation géologique particulière. Depuis l'Antiquité, son eau naturellement chaude, très minéralisée et aux multiples vertus est exploitée pour son activité thermique. Les thermes de Digne-les-Bains sont spécialisés dans les cures en rhumatologie et voies respiratoire. En 2022, le Spa Thermal de Haute Provence a ouvert ses portes, permettant au grand public de profiter des bienfaits de l'eau thermique.



Sentier de Caguerenard à Digne-les-Bains

© Lenablographe

DIGNE-LES-BAINS, VILLE D'ART ET DE CULTURE

Si Digne-les-Bains est une ville foncièrement thermale, c'est aussi une ville d'art et de culture, s'articulant autour du Musée Gassendi, lequel propose une application pour smartphone permettant de retrouver les œuvres d'art disséminées sur le territoire. Pour les amateurs de randonnée, une excellente façon de découvrir le territoire est de partir à la découverte de l'œuvre Refuge d'Art de l'artiste britannique Andy Goldsworthy. Un itinéraire de randonnées jalonné d'anciennes bâtisses restaurées (chapelle, fermes...) à l'intérieur desquelles l'artiste a créé une oeuvre. Cette randonnée s'étend sur 150 km et traverse les paysages incroyables de l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence. Le circuit, qui représente 8 à 10 jours de marche, peut se faire sous la conduite d'un accompagnateur en montagne (renseignements au musée) ou sous forme de randonnée douce à la journée ou sur deux jours avec hébergement. Indépendamment de l'axe culturel, les circuits de randonnée abondent y compris pour les sportifs. Plus vaste territoire VTT de France, La Haute Provence est un véritable paradis pour les VTTistes avec plus de 2 600 km de parcours VTT balisés répartis sur 1 500 km².

LES BONNES ADRESSES DE DIGNE-LES-BAINS...

À Digne-les-Bains, vous pourrez vous restaurer à La Table du Chef qui vient d'obtenir le titre de maître restaurateur ou bien au Nusa Café, un restaurant végétarien à deux pas de la maison Alexandra David Neel, dont la chaleur de l'accueil fait l'unanimité. Après déjeuner, les envies de douceur s'expriment à La Boîte à Biscuits... Une biscuiterie chocolaterie qui se visite. Pour dîner dans une ambiance de village pittoresque et tranquille, vous pouvez vous rendre dans le joli village perché de Champtercier. Le restaurant La Chouette Gourmande vous propose de découvrir des plats originaux



La Boîte à Biscuits à Digne-les-Bains

© Rémy Corin



© Lenautographie

Espinouse

avec des spécialités provençales, corses et arméniennes. Le lendemain, vous pouvez continuer votre route quelques kilomètres pour rejoindre Barras où vous pourrez visiter Karkam Safran de Provence, qui produit du safran et des plantes aromatiques. Vous les retrouverez également sur le marché de Digne. Pour un séjour de plusieurs jours, les hébergements ne manquent pas. N'hésitez pas à vous rendre à la Villa Gaïa. Cet hôtel de charme 3 étoiles situé sur la route Napoléon est installé dans une pension de famille datant de 1730 située au cœur d'un parc arboré.

...ET AUX ALENTOURS

À l'ouest de Digne-les-Bains, le long de la Durance, nous avons déjà cité Château-Arnoux-Saint-Auban comme base réputée pour les VTTistes, y est aussi installé le Centre National de Vol à Voile où s'entraîne l'équipe de France. Ce joli village recèle également des trésors pour les gastronomes. Vous y trouverez l'hôtel Relais & Châteaux La Bonne Étape où le chef étoilé Jany Gleize réinvente la tradition des recettes provençales de sa grand-mère. Il décline sa cuisine sur un mode bistrannique au Bistrot Gaby. À retenir aussi, un peu en dehors de Château-Arnoux-Saint-Auban, L'Oustaou qui propose un restaurant et des chambres d'hôte. En descendant de quelques kilomètres, vous arriverez aux Mées, la plus grande commune oléicole des Alpes de Haute-Provence. Celle-ci compte près de 80 000 oliviers autour du village sur un total de

200 000 dans la « Vallée des oliviers ». Un parcours balisé d'un peu moins de 4 km, « le Chemin de l'Olivier », permet de découvrir ces magnifiques arbres. Ce dernier part de la Chapelle Saint-Pierre pour rejoindre Oraison. Plusieurs moulins à huile peuvent se visiter toute l'année : Le Moulin des Pénitents, le Moulin Fortuné Arizzi, le Moulin Salvator, le Moulin Henry Paschetta à Peyruis et le Vieux Moulin à Estoublon. Aux Mées, le musée de l'Olivier propose une belle exposition d'outillage ancien, d'un moulin en pierre du XIX^e siècle et de nombreuses explications sur la fabrication de l'huile d'olive. Après la visite, vous pourrez vous restaurer à La Marmite du Pêcheur, un restaurant de spécialités de poisson et de produits de la mer, installé au pied des rochers des Pénitents, dans un ancien moulin.

LA LAVANDE À L'HONNEUR

Au sud-est de Digne-les-Bains s'étend le somptueux plateau de Valensole, bordé à l'ouest par la Durance et au sud par les Gorges du Verdon et le lac de Sainte-Croix. Cette vaste plaine agricole couverte de champs de lavande et de céréales est un des fleurons touristiques de la Provence. L'été venu, les alentours du village de Valensole prennent l'aspect d'une mer bleu lavande, ondulante sous le souffle du mistral. Pour en profiter pleinement, prévoyez un séjour entre le 15 juin et la fin juillet, la récolte commence la deuxième quinzaine de juillet. En août, se tient l'immanquable



Les Pénitents des Mées



Dans les cuisines du chef Jany Gleize à Château-Arnoux-Saint Auban



Oliviers dans les champs de lavandes

Corso de la Lavande et son défilé de chars fleuris. Pour être incollable sur la lavande, vous pouvez finir votre séjour par la visite du musée de la lavande à Digne-les-Bains (démonstrations de distillation gratuites en juillet et août). Si la lavande a des utilisations bien connues dans divers domaines : cosmétique, parfumerie, alimentaire ou médicinale, elle est également très prisée des abeilles. À Estoublon, Les Ruchers de la Bastide Blanche, une ferme apicole qui se visite, propose différents miels dont un succulent miel de lavande. Vous pouvez associer plaisir gustatif et balade touristique en poussant jusqu'à Thoard, à une vingtaine de kilomètres au nord-ouest de Digne. Dans ce joli village médiéval, perché sur un piton rocheux et dominé par une tour-clocher du XII^e siècle, Les Folies Glacées, fabriquent artisanalement des glaces dans une large palette de saveurs... Dont la lavande. Autre production locale, la poire Sartean est une variété de poire ancienne. Le GAEC l'Étoile du Berger assure la production et la promotion de cette petite poire qui, confite à cœur, est un régal pour les papilles. Les villages de Draix et La Javie célèbrent la poire Sartean à l'automne, l'occasion de dégustations et d'animations.

POUR FINIR EN BEAUTÉ

À Mézel, nous vous conseillons de faire une pause gastronomique au Pressoir Gourmand, un restaurant locavore ne proposant que

des produits de saison et en circuit court : agneau de pays, porc fermier de Montagne, bœuf Angus bio de la Ferme Des Péliissones à Seyne-les-Alpes, sanguins et chanterelles et cueillettes sauvages... Un vrai régal. Autre option, à une vingtaine de kilomètres au nord de Mézel, à Marcoux, vous trouverez dans un superbe cadre avec vue sur les montagnes, le très réputé Bistrot de Pays Le Cheval Blanc. Au sud du territoire, avant d'arriver au Lac de Sainte-Croix et ses activités nautiques, vous allez passer par Moustiers-Sainte-Marie, un magnifique village labellisé « Plus Beaux Villages de France ». Niché contre des falaises calcaires, aux portes des gorges du Verdon et dans le Parc naturel régional du Verdon, ce village du V^e siècle est la capitale de la faïence. Vous pourrez (sur rendez-vous) visiter les ateliers. Moustiers-Sainte-Marie est une bonne base pour la visite des Gorges du Verdon ou un séjour au Lac de Sainte-Croix. En bref, une destination riche de saveurs et de senteurs qui contentera à la fois les sportifs, les amateurs d'arts et de culture et les fin gourmets !

Office de Tourisme
Provence Alpes Digne-les-Bains
 Place du Tampinet
 04000 Digne-les-Bains
 Tél. : 04 92 36 62 62
www.dignelesbains-tourisme.com

provence
alpes **TOURISME**
DIGNE-LES-BAINS



La ville de Sisteron

© Thibaut Vergoz

ITINÉRAIRE

Sisteron Buëch

Par Luc Saint-Elie

Porte d'entrée de la Provence, blottie au pied de sa célèbre citadelle qui domine le paysage, la ville s'étend face au spectaculaire rocher de la Baume. Située au bord de la cluse de la Durance, Sisteron attire et retient le regard et fait le bonheur des amoureux d'activités de pleine nature.

De part et d'autre de l'axe de la Durance, blottie au pied de sa célèbre citadelle qui domine la ville d'un côté et de somptueux paysages de l'autre, la ville de Sisteron domine le Sisteronais Buëch. Cette destination commence au sud à Sisteron, remonte à l'ouest sur le Parc naturel régional des Baronnies provençales jusqu'à Rosans et à l'est, s'arrête sur l'UNESCO Geoparc de Haute-Provence jusqu'au massif des Monges. Pour sa part, le Buëch est une rivière qui prend sa source à Lus-la-Croix-Haute dans la Drôme et se jette dans la Durance à Sisteron, après 85 km de course et 2 000 m de dénivelé. Porte d'entrée de la Provence et du Dauphiné, Sisteron est un doux mélange entre haute-montagne et vallons aux parfums de lavande. L'arrivée à Sisteron, baignée dans une nature omniprésente, est assez impressionnante. Un pont enjambe le Buëch, quelques mètres plus loin arrive la Durance et après un virage surgissent les deux blocs rocheux qui caractérisent la ville. À gauche, l'étonnant Rocher de la Baume est reconnaissable à ses strates verticales de calcaire, avec des demeures au pied des falaises qui contribuent à renforcer l'impression majestueuse qu'il dégage. Ce rocher,

véritable curiosité géologique, est un spot atypique pour les férus d'escalade. De l'autre côté de la Durance, l'autre éperon rocheux abrite la citadelle qui domine la ville à 500 m d'altitude. Henri IV se plaisait à dire qu'elle était « la plus puissante place forte de son royaume ».

UNE VILLE RICHE DE LABELS

Considérée comme la « Perle de la Haute-Provence », la ville de Sisteron cumule les labels : « Plus beaux détours de France », « Station verte de vacances », « Station classée de tourisme », « Ville et métiers d'art » et ville fleurie trois fleurs. Au pied de sa citadelle, la ville offre un dédale d'escaliers et de petites rues voûtées baptisées « andrônes », suivant naturellement un étagement pittoresque. Le centre-ville présente de très nombreux centres d'intérêt architecturaux, hôtels particuliers, portes sculptées, gypseries... Sisteron est également une ville active et animée, il est agréable d'y flâner. Parmi les nombreux labels dont elle peut s'enorgueillir, la ville est classée « Ville et métiers d'art », ce qui se retrouve naturellement dans le nombre de galeries et ateliers d'art/artisans fleurissant ça et là : rue Saunerie, rue Droite, rue Mercerie... Sisteron est une ville très riche sur un plan culturel, et ce, tout au long de l'année, depuis le printemps avec la fête de l'agneau de Sisteron, les journées de l'archéologie du mois de juin, le Festival des Nuits de la Citadelle en été, pour finir par le marché de Noël.



Le Pont roman des Gorges de la Méouge



Plantes aromatiques

UNE EXPÉRIENCE GASTRONOMIQUE HORS DU COMMUN

Côté gastronomie, la cité ne manque pas de bons restaurants. De manière générale, les spécialités locales comprennent l'agneau de Sisteron (IGP et Label Rouge), la pomme Golden (IGP Alpes de Haute-Durance), les plantes aromatiques, le miel, les fromages et les noix... Pour retrouver toutes ces spécialités, prenez le temps de flâner sur les marchés provençaux, lieux de rencontre des producteurs par excellence et de visiter les nombreuses boutiques gourmandes de la ville : pâtisseries, traiteurs, cavistes, épicerie et fromageries. Pour déguster les spécialités du terroir mais pas que, vous pourrez dîner à L'Oppidum ou encore au restaurant Il Etait une Fois, dont leurs chefs ont été formés à l'école hôtelière de Sisteron. Faites une pause à L'Instinct Gourmand, qui propose des produits locaux de qualité, de la charcuterie et des fromages italiens ainsi que des vins de pays. Bonne adresse également pour prendre l'apéritif en plein centre-ville en face de la Tour de l'horloge, nous vous conseillons l'Horloge Ka'Fé. Pour manger sur le pouce en dégustant une excellente planche de charcuteries et de fromages, vous pouvez vous rendre au Prim'Ose. À Laragne-Montéglin, à une vingtaine de kilomètres de Sisteron, L'Araignée Gourmande est une très bonne adresse installée dans une maison de village. Chaque jeudi depuis 300 ans se tient dans le village un grand marché provençal où vous pourrez trouver de nombreuses productions locales.



Salle du restaurant Il était une fois à Sisteron

© Rémy Corfin



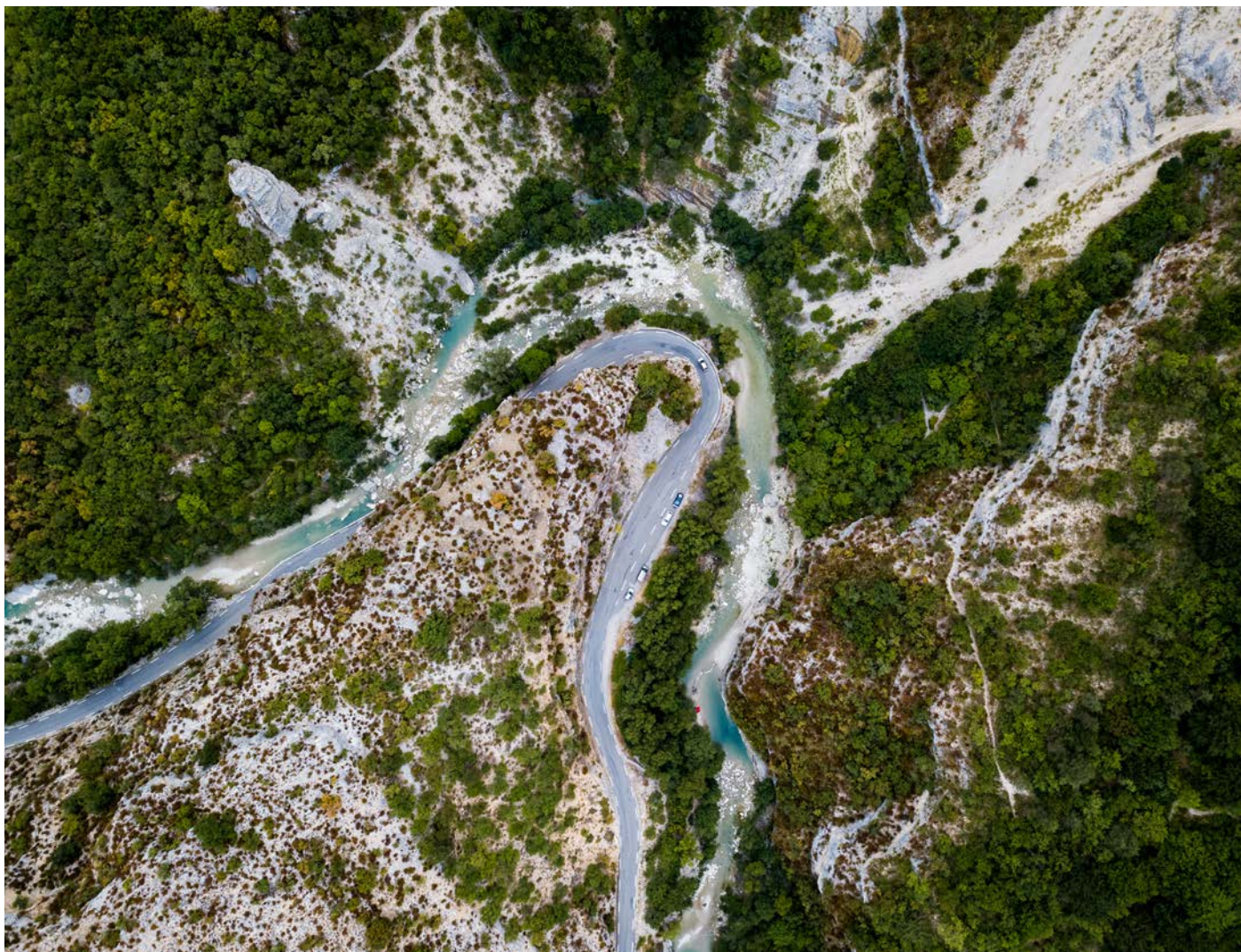
La Citadelle de Sisteron

LA MERVEILLEUSE CITADELLE DE SISTERON

Monument de Provence qui reçoit le plus de visiteurs après le Palais des Papes, la Citadelle de Sisteron est un incontournable. Vous pouvez y monter à pied ou par le petit train qui permet de découvrir le patrimoine historique de la ville à travers un circuit commenté jusqu'à l'entrée de la Citadelle. En été, se tient le premier et le plus vieux festival de Provence, le Festival des Nuits de la Citadelle. Musique, théâtre, danse enchantent les murailles de ce lieu chargé d'histoire. L'occasion aussi de découvrir la Citadelle de nuit lorsqu'elle est particulièrement belle ! Fleuron du patrimoine architectural et classée Monument Historique, la citadelle a été admirablement restaurée. Le donjon et le chemin de ronde, construits sur l'étroite épine rocheuse, datent du XIII^e siècle et l'étagement d'enceintes bastionnées du XVI^e siècle. Du projet de Vauban, conçu en 1692, seule fut réalisée la poudrière. D'importants remaniements furent opérés sur la face nord au milieu du XIX^e siècle. C'est à cette époque que fut creusé dans le rocher, le magnifique escalier souterrain reliant la forteresse à la ville. Depuis cet été, on peut admirer le pont-levis dit à zig-zag, magnifiquement restauré par des artisans d'art.

UNE SITUATION IDÉALE

Idéalement située au cœur de l'UNESCO Géoparc de Haute-Provence et bénéficiant d'un climat particulièrement agréable, Sisteron est le départ de nombreux itinéraires de découverte et de randonnées que ce soit à pied, à vélo, voire par les airs. La Route du Temps, qui peut faire suite à une visite du musée Terre et Temps, s'emprunte à vélo, à moto ou en voiture. Elle relie quelques-uns des plus beaux sites naturels et culturels des Alpes de Haute-Provence. Nous vous conseillons aussi le Sentier de La Pierre Ecrite qui part de Saint-Geniez, les panoramas du Vançon, le pont de la Reine Jeanne ou encore la Sentinelle. À Saint-Geniez commence également la randonnée Refuge d'Art La Forest qui mène jusqu'au refuge d'art d'Andy Goldsworthy. Les amoureux de la petite reine apprécieront tout particulièrement le Tour de Fontbelle, une des plus belles boucles du département qui réunit ascension de col, panoramas à couper le souffle et traversée de villages typiques comme Entrepierres, Saint-Geniez, Authon, Thoard et Castellard-Mélan. À l'Office de Tourisme, vous pouvez vous procurer une carte qui regroupe les itinéraires vélo. Le territoire se découvre



Les Gorges de la Méouge

également vu du ciel, en planeur au départ de l'aérodrome de Sisteron-Vaumeilh, ou en deltaplane et parapente, au départ du site d'envol de la montagne de Chabre qui surplombe les Gorges de la Méouge. Situées à quelques kilomètres de Sisteron, ces gorges spectaculaires sont un véritable paradis pour les randonneurs et les baigneurs. Merveilles des Hautes-Alpes et classées réserve biologique (Site Natura 2000), elles offrent de nombreux itinéraires de randonnée pédestre, mais également des boucles cyclo, des parcours VTT et même des boucles équestres durant lesquels les plus curieux pourront découvrir de nombreuses plantes alpines, provençales, méditerranéennes, ibériques et même d'Afrique du Nord ! La randonnée familiale du Banc du Bouc permet de découvrir l'essentiel des gorges à pied. Véritable paradis pour les cyclistes, les gorges sont aussi le point de départ vers de jolis cols peu fréquentés (Montée de Chabre) et de charmants villages perchés. Téléchargez l'application mobile RANDO SISTERON BUËCH, sélectionnez vos randos et embarquez en mode hors connexion pour découvrir tous nos itinéraires à pied, à vélo, à VTT et même à cheval !



Office de Tourisme Sisteron Buëch
 1 Place de la République, 04200 Sisteron
 Tél. : 04 92 61 36 50 - www.sisteron-buech.fr



**SISTERON
 BUËCH** BARONNIES
 PROVENÇALES
 OFFICE DE TOURISME



© Claude Gouron

La ville de Barcelonnette

ITINÉRAIRE

La Vallée de l'Ubaye

Par Luc Saint-Elie

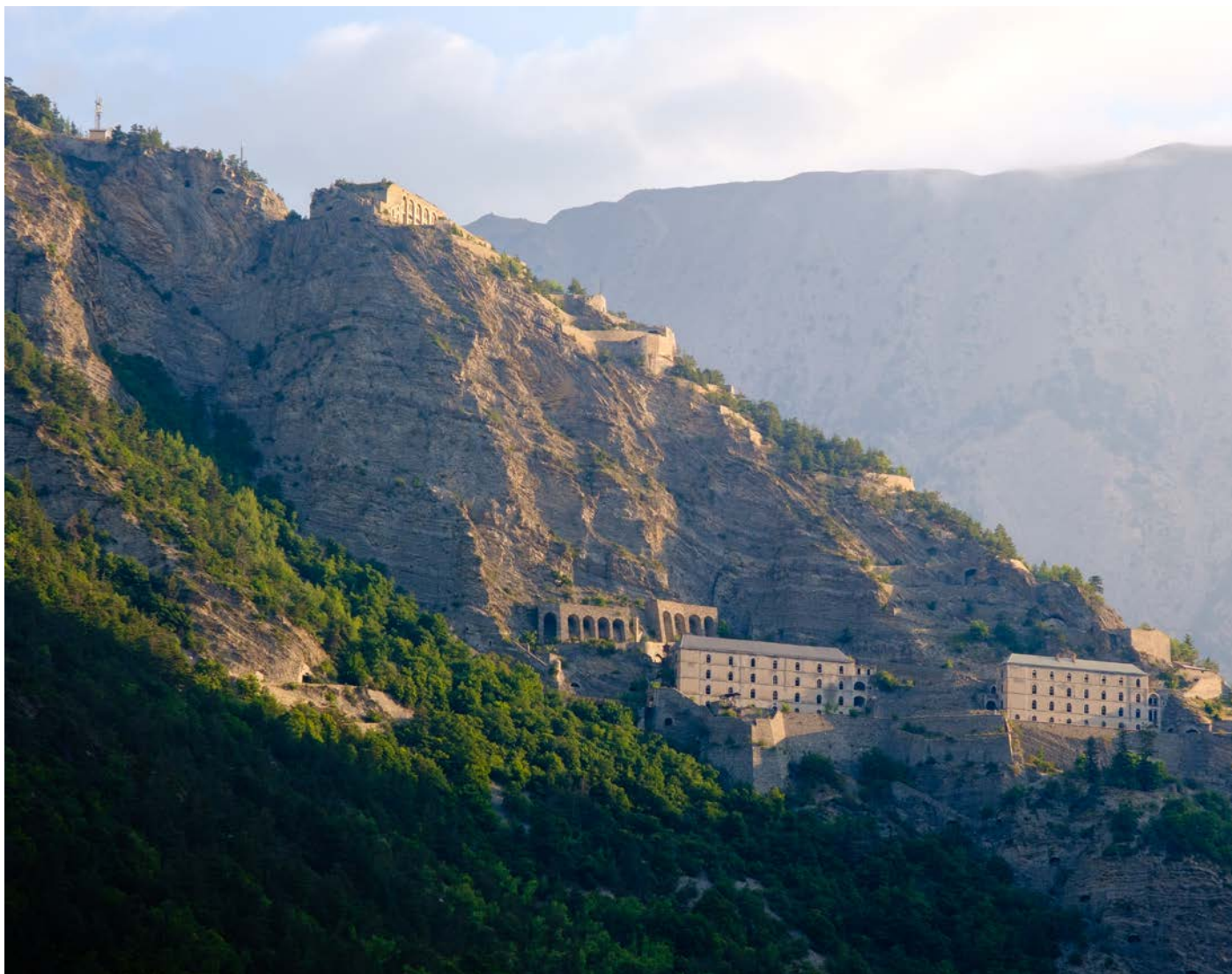
La Vallée de l'Ubaye vous invite à vivre sa promesse surprenante. Entre paysages à couper le souffle, offre infinie d'activités, ciel pur et histoires insoupçonnées, l'Ubaye et ses habitants se révèlent. Un territoire de montagne encore préservé où l'art de vivre se cultive et les passions se transmettent.

UNE SITUATION GÉOGRAPHIQUE PARTICULIÈRE

Nichée entre l'Italie et la Provence, la Vallée de l'Ubaye Serre-Ponçon est une perle rare qui fait s'accorder à merveille charme du Sud et décor alpin. D'un côté, un coup d'œil circulaire ne laisse aucun doute : entre sommets vertigineux et cols de montagne, nous sommes bien au cœur des Alpes ; de l'autre, la vallée, protégée des vents par son relief et baignée de lumière, bénéficie d'un climat méridional, offrant près de 300 jours de soleil par an ! Du lac de Serre-Ponçon jusqu'à la frontière italienne, ce mélange des cultures méditerranéenne et montagnarde s'équilibre parfaitement. Aux portes du Parc national du Mercantour, sa nature encore sauvage et préservée invite à la déconnexion. L'Ubaye, c'est une oasis de fraîcheur à deux heures de la côte d'Azur où dolce vita et offre infinie d'activités se conjuguent à merveille. Un caractère particulier auquel vous succomberez facilement.

UNE VALLÉE À DIFFÉRENTES FACETTES

Si la Vallée de l'Ubaye présente différentes facettes, c'est avant tout une destination de montagne. Dans cette vallée au charme authentique, l'hiver, les grands domaines skiables côtoient les petits villages montagnards. Plusieurs stations attendent les skieurs : pour ceux qui veulent du grand ski, rendez-vous à Pra Loup – L'Espace Lumière, 180 km de pistes vous attendent. Le Sauze, station familiale par excellence regorge d'atouts pour accueillir les tribus. À Sainte-Anne les amoureux de grands espaces pourront profiter de panoramas époustouflants. Envie d'un retour à l'essentiel ? Partez pour une escapade en Haute-Vallée sur les domaines nordiques de Val d'Oronaye et Saint-Paul-sur-Ubaye, émerveillement garanti ! De la balade en raquettes au VTT électrique sur neige comme de l'aïoli en altitude à la fondue dans un igloo, l'Ubaye vous permet toutes les folies ! Terre de randonnée sans limites, la Vallée de l'Ubaye Serre-Ponçon offre aux marcheurs de nombreux circuits à la journée et en itinérance. De la balade champêtre au véritable trek en montagne, près de 1 000 km de sentiers balisés vous attendent. Avec le prestigieux GR®56 Tour de l'Ubaye, la Grande traversée du Mercantour, la Via Alpina et le tout nouveau GR®69 La Routo l'immersion est totale.



© AD04-Grégory Rohart

GR69 la Routo - Fort de Tournoux

Parcourir les chemins ubayens, c'est aussi l'occasion de découvrir le patrimoine architectural exceptionnel de la vallée, comme l'étonnante forteresse de Tournoux dont les batteries, construites dans la roche, s'échelonnent sur près de 700 mètres de dénivelé. On ne peut évoquer la Vallée de l'Ubaye sans mentionner celle qui lui a donné son nom : l'Ubaye, rivière mythique, l'une des plus belles d'Europe, véritable paradis pour les activités d'eau vive avec ses 50 km navigables sans barrages. Rythmée par les rapides et les gorges, elle s'étire jusqu'au lac de Serre-Ponçon, cette « petite mer à la montagne » et ses eaux turquoises où il fait bon profiter du soleil et des activités nautiques.

BARCELONNETTE, UNE HISTOIRE RICHE ET UNIQUE

Quelle que soit la saison, Barcelonnette vaut vraiment le détour. Colorée aux accents chantants l'été, elle se transforme en charmante petite ville de montagne l'hiver. Son emplacement au centre du territoire en fait un camp de base idéal pour rayonner dans toute la Vallée de l'Ubaye Serre-Ponçon. En arrivant à Barcelonnette, son architecture atypique et haute en couleurs, surprenante pour un village montagnard, attisera votre curiosité. En regardant plus attentivement derrière les palissades, vous pourrez apercevoir

une enfilade de villas magnifiques. En flânant dans les rues, de nombreuses références au Mexique se dévoilent. Au XIX^e siècle, une poignée d'entrepreneurs locaux est partie à la conquête du Mexique où certains ont fait fortune en ouvrant de grands magasins et des usines de textile. De retour au pays, ils ont fait construire de somptueuses villas de style Belle Époque et Art Déco, rivalisant de beauté. On en compte une cinquantaine à Barcelonnette, et une vingtaine à Jausiers. Pour en savoir plus sur cette histoire, il vous faudra pousser la porte de l'une d'entre elles, une des seules visibles de l'intérieur, la villa « la Sapinière » qui abrite le Musée de la Vallée. Ce dernier évoque l'aventure américaine des enfants du pays. En hommage à son passé, chaque année au mois d'août, Barcelonnette se pare des couleurs du Mexique à l'occasion des « Fêtes Latino-Mexicaines ». Durant 10 jours, concerts, cours de danse, ateliers culinaires et créatifs, dégustations et spectacles mettent à l'honneur ce lien exceptionnel avec le Mexique qui perdure encore aujourd'hui. Au mois d'octobre, la ville célèbre la « Fête des Morts », faisant écho au « Dia de muertos » tradition mexicaine pendant laquelle défilés, musiques et spectacles honorent dans la joie les proches qui nous ont quittés.



Maison Padiou



Macarons de Clément Boeri



Maison des produits de Pays



Whisky Lachenanche, le dernier né de la distillerie



Distillerie Lachenanche

DES FEMMES, DES HOMMES... DES SAVOIR-FAIRE

La Vallée de l'Ubaye est, par sa variété, une remarquable opportunité de se plonger dans le terroir, de partir à la rencontre des hommes et des femmes qui l'habitent et de leurs savoir-faire. Sur votre route, n'hésitez pas à vous arrêter chez les nombreux artisans et producteurs qui ouvrent volontiers leur porte pour parler de leur métier avec passion. Amateurs de spiritueux, l'Ubaye a de quoi surprendre vos palais. Une halte à la distillerie Lachenanche est un impératif. Ici, Jérôme et Benoît Million-Rousseau ont repris la distillerie familiale créée en 1994 par leurs parents, alors agriculteurs passionnés des saveurs de la vallée de l'Ubaye, et qui après une récolte particulièrement abondante de framboises ont élaboré leur première liqueur. Aujourd'hui les deux frères vous proposent de découvrir toute leur gamme. Du convoité génépi noir au gin parfaitement équilibré en passant par le pastis et depuis peu le whisky, ils confectionnent ensemble, avec passion et minutie, liqueurs, eaux de vie et apéritifs. Le tout en circuit court, certifié bio et 100% naturel. Des produits d'exception que vous pourrez notamment apprécier dans les cocktails exquis imaginés par Vincent, Ô Tandem, « THE place to be » à Barcelonnette. Les fins connaisseurs de bières ne sont pas

en reste. Grégoire et Laurène Talon produisent, dans la plus pure tradition brassicole, des bières artisanales à partir de malts et houblons issus de l'agriculture biologique. Vous arriverez peut-être au moment de la production de leurs bières éphémères à base de fleurs ou d'épices de la vallée. L'occasion, après la visite de la brasserie baptisée La Sauvage, de déguster un produit unique avec une vue imprenable sur les sommets de la Sauvage et du Brec du Chambeyron. Gourmets, à vos papilles ! Imaginez plutôt, d'un côté de l'assiette de la terrine au genièvre, et quelques rondelles de saucisson de sanglier finement coupées, de l'entreprise familiale le Fumeton, et de l'autre, de la Tome de l'Ubaye et de la Carline de la Coopérative laitière de la Vallée de l'Ubaye, dont la production est issue des fermes locales ; le tout à déguster sur une belle tranche de pain de campagne des boulangeries l'Eco-Pain ou de Cedric Monasse... Une véritable initiation à l'art de vivre ubayen ! Ne manquez pas non plus de déguster LA spécialité de la région, les fameuses ravioles de Fours. Pour les trouver nous vous conseillons la boutique Pasta e Merenda. Ici les pâtes fraîches sont reines, en plus des légendaires ravioles, gnocchi, gnocchetti et tagliatelle vous laisseront l'eau à la bouche. Pour les becs sucrés, vous aurez



© Rémy Corfin

Salle du restaurant La Villa Morelia à Jausiers



© Ubaye Tourisme DR (21)

Brasserie La Sauvage des Hautes-Vallées



© Claude Gourron

Villa Morelia

l'embarras du choix. Les frères Tron, produisent de délicieuses confitures, tartes et pâtes de fruits artisanales que vous pourrez acheter sur place, sur les marchés locaux et dans les boutiques de la Vallée. Parmi les 25 parfums, la plupart des confitures, notamment de framboise, rhubarbe, coing et églantine, sont faites à partir de leurs propres cultures. L'Ubaye et sa flore sauvage sont aussi propices à la production de miel. Allez rendre visite à Sébastien Favaro, il vous fera découvrir la Miellerie des Sanières, l'occasion de repartir avec un pot de miel de Haute Montagne ou de Lavande fine Label Rouge. Enfin pour les gourmands, les délicieux chocolats et les succulentes pâtisseries de la Maison Padiou ou encore les fabuleux macarons de Clément Boeri sont incontournables. Ces nombreuses adresses empreintes de goût vous laisseront des souvenirs parfumés. En parlant de souvenirs, avant de quitter l'Ubaye, faites une pause à la Maison de Pays de l'Ubaye, une coopérative artisanale et agricole où les 60 producteurs de la vallée proposent le fruit de leur travail. En plus de toutes les pépites déjà citées, du fin safran à l'argousier vitaminé en passant par les charcuteries, le fromage, les biscuits et autres délices, vous pourrez aisément y remplir votre panier de victuailles savoureuses made In Ubaye.

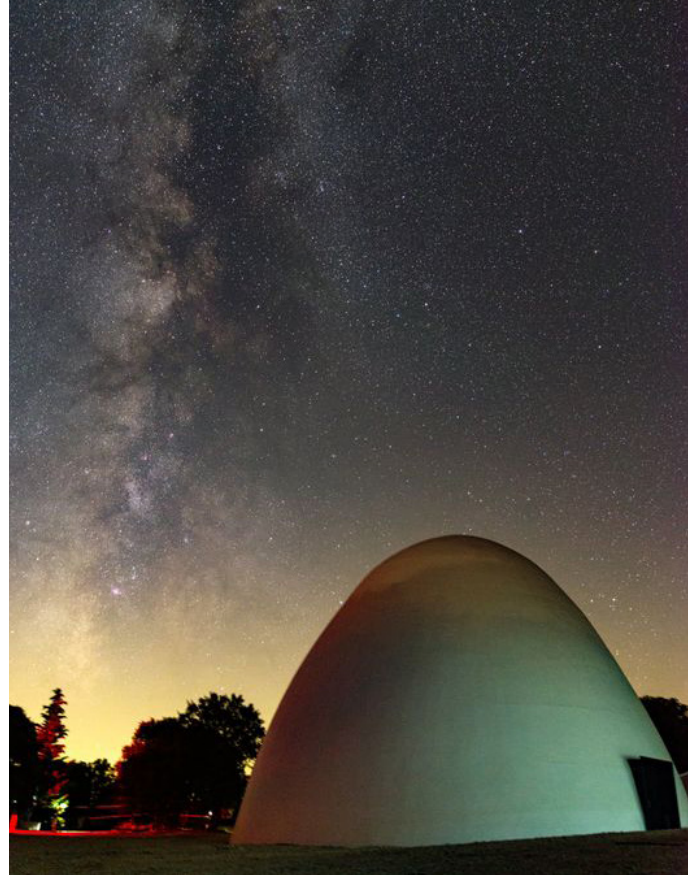
DES ADRESSES INCONTOURNABLES

Pour vous poser le temps d'un dîner ou d'un déjeuner, la Vallée de l'Ubaye Serre-Ponçon propose plusieurs tables remarquables. Dans le petit village de La Bréole, à deux pas des rives du Lac de Serre-Ponçon, Le Moss est l'une des meilleures. On y sert des plats originaux travaillés autour de produits locaux. À l'Auberge du Bachelard, sur les bords du torrent du même nom et nichée au cœur du petit village d'Uvernet-Fours, le chef vous propose de déguster les renommées ravioles de Fours, plat signature du restaurant. Si vous souhaitez une étape authentique dans un cadre naturel et préservé, le typique petit village de montagne Saint-Paul-sur-Ubaye est tout indiqué. À l'Auberge de la Cure, Hubert et Klÿte Longeron vous serviront une cuisine généreuse et savoureuse. Enfin, le centre-ville de Jausiers abrite la Villa Morelia. Installé dans une villa mexicaine, cet hôtel restaurant 4*, remarqué par le guide Michelin, vous invite à découvrir une cuisine gastronomique d'inspiration française.

Ubaye Tourisme
Agence de Barcelonnette

Place Frédéric Mistral, 04400 Barcelonnette
Tél. : 04 92 81 04 71 - www.ubaye.com

UBAYE
— TOURISME —



CENTRE D'ASTRONOMIE DE SAINT-MICHEL L'OBSERVATOIRE

UN PEU PLUS PRÈS DES ÉTOILES

Par Camille Sanchez

Admirer le ciel étoilé de Haute-Provence, une expérience rendue possible grâce au Centre d'Astronomie de Saint-Michel l'Observatoire. Un voyage astronomique entre les constellations et les planètes pour en apprendre plus sur l'univers. Avis à tous les férus d'astronomie et aux petits cosmonautes en herbe. Qui n'a jamais levé les yeux vers le ciel lors d'une belle nuit étoilée sans nuages ou pendant la période des perséides, ces pluies d'étoiles filantes qu'on admire avec émotion? Si l'univers nous laisse songeurs, et ce depuis toujours, un centre d'Astronomie propose d'en apprendre davantage sur le sujet. Cet établissement, c'est le Centre d'Astronomie Saint-Michel l'Observatoire situé dans le département des Alpes de Haute-Provence qui est réputé au niveau national et international pour ses grandes découvertes.

PRÈS DE 11 000 VISITEURS PAR AN

Pour découvrir le ciel étoilé sans pollution lumineuse, direction le plateau du Moulin à Vent, près du village de Saint-Michel l'Observatoire, en plein cœur d'un espace naturel de dix hectares, où a été édifié le centre astronomique dans les années 1930. D'abord réservé aux scientifiques du CNRS (Centre National de la Recherche Scientifique), qui poursuivent encore aujourd'hui leurs recherches, l'Observatoire a ouvert ses portes au grand public à la fin des années 1990. L'occasion pour chacun et chacune d'entre nous d'en apprendre plus sur les galaxies et les planètes, d'observer les astres et de comprendre les phénomènes physiques à l'origine de la lumière émise par ces derniers. Une expérience enrichissante qui accueille chaque année près de 11 000 visiteurs. Et pour répondre

aux questions des plus curieux, une équipe de six médiateurs scientifiques professionnels transmet ses savoirs de manière didactique et pédagogique.

DES ACTIVITÉS LUDIQUES POUR TOUTE LA FAMILLE

Sur l'ensemble du site, le Centre d'Astronomie dispose d'instruments de haute technologie : un télescope abrité sous la Géode pour une observation « plein ciel » sans coupole, des jumelles astronomiques, une lunette solaire ou encore des appareils photos numériques et des caméras pour capturer des images du ciel. Outre ces installations de grande qualité, le public peut désormais découvrir le Planétarium, qui a ouvert ses portes en 2022, et qui vous propose une expérience en réalité augmentée aussi immersive que poétique vers l'infiniment loin. Le Centre propose également un parcours dédié au système solaire. Un chemin à réaliser avec un smartphone ou une tablette qui permet de découvrir le soleil et les planètes en réalité augmentée de façon ludique. Le genre d'activités qui plaît à toute la famille et qu'on réserve sans attendre. Chaque année, l'été Astro est un rendez-vous incontournable pour le public qui profite de soirées découvertes, d'observations du soleil, de lectures du ciel au laser, de pique-niques au crépuscule, de conférences avec des invités de marque ou encore de séances inédites au Planétarium de Haute-Provence.

Centre d'Astronomie de Saint-Michel l'Observatoire

Plateau du Moulin à Vent, 04870 Saint-Michel l'Observatoire
Tél. : 04 92 76 69 69 - www.centre-astro.com



Thermes de Gréoux-les-Bains

© AD04 Feehn Photographie

THERMES DE GRÉOUX-LES-BAINS

DES EAUX DONT LES VERTUS CURATIVES SONT RÉPUTÉES DEPUIS L'ANTIQUITÉ

Par Camille Sanchez

Situés sur les bords du Verdon, les thermes de Gréoux-les-Bains font le bonheur de ce village de Provence de moins de 3 000 habitants. Depuis leur création par les Romains sous l'Antiquité, ces thermes ne cessent d'attirer les curistes amateurs des vertus curatives de leurs eaux.

UN LIEU MYTHIQUE

La petite ville de Gréoux-les-Bains est une cité historique. Depuis l'Antiquité, ce village provençal est réputé pour les bienfaits de ses eaux, à tel point que les Romains y avaient aménagé des thermes pour soigner leurs maux. Laissés à l'abandon durant le Moyen-Âge, les bains de Gréoux retrouvent de leur superbe grâce à la sœur de Napoléon, Pauline Borghèse. Aujourd'hui, ils appartiennent au groupe la Chaîne Thermale du Soleil et se classent à la troisième place des stations thermales de France par le nombre de curistes accueillis chaque année.

DES EAUX CARACTÉRISTIQUES

Les thermes de Gréoux-les-Bains sont atypiques puisqu'il s'agit de thermes troglodytes aux origines profondes de 1 500 mètres, dont les eaux atteignent 42°C, une température proche de celle du corps. Ces dernières sont considérées comme des eaux thermales sulfatées, calcaïques et sodiques, avec une forte présence de magnésium et de nombreux oligo-éléments. Des eaux curatives que les Celtes surnommaient à l'époque Grésilium, eau de la douleur en français. Outre leur composition, les eaux de Gréoux-les-Bains ont la particularité de ne pas connaître de modification

dans leur composition chimique. Autrement dit, l'eau qui sort des postes de soins provient directement de la source.

DES INSTALLATIONS EXCLUSIVES

Si cette station thermale est aussi appréciée des curistes, c'est pour ses vertus curatives contre les pathologies rhumatismales et respiratoires et sa cure de réhabilitation post cancer du sein. L'établissement dispose d'infrastructures très complètes avec des services d'accueil et de soins, parmi lesquels 5 piscines de mobilisation avec jets sous-marins, deux bains de kaolin en apesanteur, 96 cabines de cataplasmes ou encore 132 postes polyvalents pour les voies respiratoires. En plus de ces installations exclusives, les thermes offrent une large palette d'activités de santé et forme pour renforcer tous les effets de la cure réalisée. Pilates, aquabike, sophrologie, Qi Gong... Les curistes ont le choix. Un espace bien-être vous attend aussi pour une escale revigorante. Avec sa piscine claire de relaxation, son hammam et ses soins thermaux, le spa thermale invite à une parenthèse dans une atmosphère apaisante pour un véritable moment de bien-être. Le tout, dans un cadre unique entre les champs de lavande du plateau de Valensole et les Gorges du Verdon, avec le charme et le soleil de la Provence. De quoi se laisser tenter par un séjour réparateur !

Station thermale de Gréoux-les-Bains

Thermes de Gréoux, 04800 Gréoux-les-Bains

Tél. : 04 92 70 40 00 - www.chainethermale.fr/greoux-les-bains

SENS ET SAVEURS

CHEF SYLVAIN NOWAK



Le chef Sylvain Nowak a ouvert le restaurant Sens et Saveurs en 2015 après un parcours professionnel à l'étranger et dans les meilleurs restaurants du sud de la France. Dans un lieu historique de Manosque, vous dégusterez une cuisine gastronomique à base de produits du terroir et une carte équilibrée entre viandes et poissons. Ne manquez pas les spécialités du chef : foie gras, ris de veau aux câpres ou filet de Saint Pierre en bisquebouille. N'hésitez pas à choisir le menu découverte en 7 services avec les accords mets/vins. La carte des vins proposée est très riche avec une mise à l'honneur des vins de Pierrevert et du Luberon.

Sens et Saveurs

43 boulevard des tilleuls, 04100 Manosque

Tél. : 04 28 31 69 32 - www.sensetsaveursmanosque.com

© Anne-Françoise Pelissier



LE PETIT PROVENÇAL

Situé en plein cœur historique de la charmante ville de Manosque sur la petite place Marcel Pagnol, le chef du restaurant Le Petit Provençal vous propose une cuisine de bistrot élégante mêlant des recettes du terroir et des plats traditionnels revisités de façon moderne. Nous vous conseillons l'œuf mollet en croûte d'herbes, le poulpe à la plancha ou encore l'agneau de Sisteron... Généreuse, la carte des vins propose de partir à la découverte des meilleurs domaines de l'appellation Pierrevert et des vins du Luberon.

Le Petit Provençal

6 Rue du Bon Repos

04100 Manosque

Tél. : 04 92 87 63 80

www.le-petit-provençal-restaurant-manosque.business.site



© DR Le Petit Provençal



© Rémy Corlin

LA LOGE BERTIN

CHEF LOÏC PLESTIN

Ce natif de Manosque a fait ses armes dans de grandes maisons à Paris, Montpellier, Genève ou encore Nîmes. En 2019, il revient à Manosque avec son épouse Laura pour y ouvrir une table résolument bistro : La loge Bertin. Son établissement devient rapidement une adresse incontournable des Alpes de Haute-Provence. Dans une salle chic et très agréable, Loïc Plestin confectionne une cuisine inventive méditerranéenne essentiellement composée à base de produits du terroir, des produits frais et de qualité. Chaque jour, la carte est renouvelée selon le marché avec un menu de trois plats proposé à 35 euros. Une carte des vins, tournée vers la Bourgogne, vous est proposée par Laura qui vous conseille sur les meilleurs accords mets-vins... Laissez-vous tenter par la tête de veau croustillante et le Paris-Brest revisité...

La Loge Bertin

62 avenue Jean Giono, 04100 Manosque

Tél. : 04 86 74 18 46

www.lalogebertin.fr



- BANON -**La table de Panturle**

Une cuisine savoureuse, riche de toutes les expériences culinaires étoilées du chef !
Rue Pasteur
Tél. : 04 92 74 05 93

**- LA BRÉOLE -****Le Moss**

Une cuisine inspirée par les produits de la région.
Le Village
Tél. : 04 92 81 11 82

- DIGNE-LES-BAINS -**Villa Gaïa**

Le charme d'une maison de famille au cœur des Alpes de Haute-Provence.
24 route de Nice
Tél. : 04 92 31 21 60

**Le Bleu Cerise**

Une table gourmande en plein cœur de la ville.
14 place du Général de Gaulle
Tél. : 04 92 32 31 24

L'auberge à papa

Une très bonne cuisine française et locavore.
19 place de l'Évêché
Tél. : 04 92 31 56 42

Le Nusa Café

Coffeshop & restaurant végétarien dans une ambiance casual chic !
10 avenue du Maréchal Juin
Tél. : 04 92 83 79 24

- FORCALQUIER -**L'Atelier de Margaux**

Une cuisine Thaïlandaise faite maison dans le charmant village de Forcalquier.
5 bd Latourette
Tél. : 04 92 78 97 29

Table de la Campagne St Lazare

À travers sa cuisine, La cheffe Barbara partage sa passion du bien manger pour une bonne santé.
Ancienne route de Dauphin
Tél. : 04 92 75 48 76

**Aux Deux Anges**

Une sublime petite adresse proposant une cuisine familiale authentique !
3 place Saint-Michel
Tél. : 04 92 75 04 36

La Maison Rose

Une cuisine authentique à base de produits locaux, colorée au fil des saisons;
1 chemin des Hybourgues
Tél. : 04 92 77 32 71

- GRÉOUX-LES-BAINS -**La Caverne**

Un restaurant semi-gastronomique pour faire le tour des spécialités méditerranéennes !
17 rue Grande
Tél. : 04 92 78 19 54

**Mas de la Crémaillère**

Une savoureuse cuisine aux accents ensoleillés dans un magnifique cadre.
Avenue des thermes
Tél. : 04 92 70 40 04

- LURS -**La Terrasse**

Une cuisine de saison à base de produits locaux dans un magnifique village perché.
Rue de la mairie
Tél. : 04 92 87 77 52

- MANE -**La Reine des Prés**

L'accueil est chaleureux et la cuisine, toute en finesse, est réalisée à base de produits du terroir.
ZA de Pitaugier
Tél. : 04 92 72 48 29

**- MANOSQUE -****Le Pré Saint Michel**

Une jolie adresse pleine de charme !
435 Mont de la Mort d'Imbert
Tél. : 04 92 72 14 27

**La Braise**

Ce restaurant d'application propose une cuisine contemporaine et goûteuse avec des produits de saison issus des producteurs locaux.
548 bd du Maréchal Juin
Tél. : 04 92 71 12 04

**David Joulain**

Cet apiculteur et amandiculteur passionné produit du miel de Lavande IGP Label rouge, du miel de Provence IGP et les fameuses amandes de Haute-Provence.
5621 chemin du Thor
Tél. : 06 75 03 36 41

**- MOUSTIERS -
Côté Jardin**

Dans ce restaurant de qualité, c'est Nina Lopez, plus jeune maître restaurateur de France qui officie !
Avenue de Lérins
Tél. : 04 92 74 68 91

La treille Muscate

Dans le magnifique village de Moustiers-Sainte-Marie, ce restaurant vous propose une cuisine alliant le terroir de la mer et celui de la montagne.
Place de l'église
Tél. : 04 92 74 64 31

La Part des anges

Un Restaurant atypique dans un des plus beaux villages de France.
Avenue Frédéric Mistral
Tél. : 06 25 57 53 66

**- SAINT JACQUES -
Domaine d'Aiguines**

Goûter aux spécialités françaises du Sud-Ouest dans un magnifique cadre champêtre au cœur d'un parc naturel exceptionnel.
Domaine d'Aiguines
Tél. : 04 92 34 25 72

**- PIERRERUE -
Gîtes Cocotte**

Trois gîtes de charme à la jolie déco vintage au cœur de la Provence de Giono. À disposition des hôtes une belle piscine au milieu des oliviers. Confort, calme et convivialité sont au rendez-vous.

Lili Martignon
Tél. : 06 63 55 90 70



**- PIERREVERT -
Les Minots**

Ce bistrot rural propose une très bonne cuisine familiale. Vous y trouverez aussi les meilleurs vins de l'appellation Pierrevert. 15 cour de la Libération
Tél. : 04 92 72 15 98

**- PUIMOISSON -
Café des Arts**

Une cuisine de pays goûteuse dans un cadre très agréable et dans un magnifique village de Provence. Route de Riez
Tél. : 04 92 74 54 02

**- SISTERON -
L'Oppidum**

Cuisine traditionnelle et ambiance authentique pour ce bar-restaurant situé dans la jolie ville de Sisteron ! 136 Rue de Provence
Tél. : 04 92 32 14 41

**- VALENSOLE -
Le jardin de Celina**

Une cuisine simple, surprenante et audacieuse à partir des bons produits du terroir de la Haute-Provence... Ancien chemin d'Allemagne
Tél. : 04 92 74 83 35

Epater vos convives avec des couteaux de table originaux !



*Couteau pliant, couteau à huîtres, couteau de table ...
En charbon, coquillages, lavande, fleurs d'immortelles...
Des couteaux d'excellence, issus du meilleur de la nature.
La nature est un luxe !*



TERRITOIRE DE PROVENCE



TERRITOIRE DE PROVENCE

UN ITINÉRAIRE GOURMAND À TRAVERS LA PROVENCE

Territoire de Provence vous propose un itinéraire inédit en Provence à travers ses manufactures gourmandes et engagées. Partez à la découverte de la Confiserie Leblanc de Banon, de la Biscuiterie de Forcalquier, de la Caramélerie de Mane ou encore de l'Écomusée l'Olivier de Volx... Pour un voyage captivant et gourmand !

Par Aurélie Hallereau - Photos : Rémy Cortin

CONFISERIE LEBLANC

GOURMANDISE ET SAVOIR-FAIRE



Frédéric Leblanc, responsable de la production



La Confiserie Leblanc est une histoire de chocolat, de passion et de gourmandise ! Située au cœur des Alpes de Haute-Provence, au pied du village de Banon, adossée au plateau du Contadour, cette confiserie chocolaterie, où tout se fait comme autrefois, est ouverte au public depuis décembre 2018. Frédéric Leblanc et ses équipes y confectionnent chaque jour avec passion de succulents fruits secs enrobés de chocolat, pâtes de fruits, pâtes à tartiner, amandes apéritives... Tout est fait sur place dans l'atelier de fabrication et vendu en direct dans la magnifique boutique attenante. Les ateliers et la boutique sont installés dans un bâtiment en bois éco-construit, classé Haute Qualité Environnementale. Les visiteurs les plus curieux pourront entrevoir, à travers un sas vitré, toutes les étapes nécessaires à la confection des douceurs provençales et même profiter d'une visite guidée ! Turbines en cuivre, fondoirs à chocolat, étuves de séchage, broyeurs et lignes d'enrobage n'auront plus aucun secret pour vous... Après la visite, nous vous conseillons de goûter les pâtes à tartiner biologiques aux noisettes et sans huile de palme ou encore les amandes de différentes saveurs, dont le fameux fromage de chèvre de Banon.



La Confiserie Leblanc

Le Puy, 04150 Banon

Tél. : 04 65 69 00 50 - www.territoire-provence.com



LA BISCUITERIE DE FORCALQUIER

LES SECRETS DE FABRICATION



C'est en 2014, à Forcalquier, un joli village situé entre la montagne de Lure et le Luberon, que l'histoire de la Biscuiterie de Forcalquier commence lorsqu'Olivier Baussan (fondateur de L'Occitane), aujourd'hui Président du groupe familial Territoire de Provence, a l'idée gourmande de créer une biscuiterie et développer des recettes autour du biscuit de Provence. Les recettes des premiers biscuits ont été élaborées par Sylvie Alfano, responsable de la production, présente depuis l'ouverture. « Depuis la création de la biscuiterie, nous avons toujours eu à cœur de privilégier les recettes traditionnelles de biscuits provençaux et les fournisseurs locaux, à l'instar de la farine utilisée qui provient directement du Moulin Pichard à Malijai », nous raconte Sylvie tout en sortant soigneusement du four des plaques de navettes tradition d'après la recette de Pierre Hermé, ami intime du fondateur. Depuis la création de la biscuiterie, les idées novatrices d'Olivier Baussan et l'entière liberté de Sylvie Alfano, ont permis d'élargir la gamme en conservant scrupuleusement une approche d'artisan biscuitier. « Nous sommes passés de six à plus de quarante recettes différentes, toutes réalisées dans notre atelier », détaille la passionnée. Toute l'année, depuis la magnifique boutique, l'atelier de fabrication est visible au travers de grandes baies vitrées. Ainsi, les visiteurs peuvent découvrir toutes les étapes de fabrication des biscuits : le pétrissage, le façonnage des pâtons, la cuisson, et le conditionnement. Dans la boutique, vous retrouverez les différentes gammes de biscuits et spécialités parmi lesquelles le fameux macaron aux amandes, les croquants, les sablés et les navettes ! Installée dans une ancienne forge magnifiquement rénovée, la visite de la biscuiterie est un excellent objectif à l'occasion d'une balade dans le département.

La Biscuiterie de Forcalquier

28 Avenue Saint-Promasse, 04300 Forcalquier

Tél. : 09 67 22 66 36 - www.territoire-provence.com



Sylvie Alfano, responsable de la production



LA CARAMÉLERIE DE MANE

UNE HISTOIRE À ÉCRIRE

Située dans le petit village de Mane-en-Provence, en face du magnifique Prieuré de Salagon, dans les Alpes de Haute-Provence, la Caramélerie de Mane fabrique chaque jour, pour le plaisir des petits et des grands palais, de délicieux caramels artisanaux non pas à base de beurre mais à base d'huile d'olive... Une première mondiale ! L'atelier de production, visible depuis une grande baie vitrée accessible par une passerelle, est situé dans une bastide provençale du 18^e siècle, qui fut une « magnanerie », un lieu d'élevage du ver à soie. Dans la continuité de cette histoire, il a été naturel d'aménager le jardin en refuge à papillons, en collaboration avec la LPO (Ligue de Protection des Oiseaux). Une escapade hors du temps qui fera rêver plus d'un enfant...

Si beaucoup de confiseries traditionnelles françaises sont un peu tombées dans l'oubli dans les années 90 à cause de la concurrence des fabricants industriels de bonbons gélifiés, depuis une bonne

quinzaine d'années, les saveurs d'antan sont à nouveau recherchées. C'est une des raisons qui ont conduit Territoire de Provence à se doter d'une magnifique fileuse à sucre des années 50 pour se lancer dans l'aventure du caramel artisanal revisité. Si la fabrication respecte un savoir-faire ancestral, la recette est quant à elle toute nouvelle puisque l'huile d'olive a remplacé le beurre, donnant au caramel une onctuosité et une saveur très particulières. Durant la visite, vous suivrez derrière des baies vitrées le cycle complet de l'unité de fabrication de caramels : du mélange des matières premières aux bonbons emballés. Après ou pendant la visite, vous pourrez déguster les caramels mous déclinés en plusieurs saveurs : citron, café, pistache, réglisse ou encore orange bigarade. Une visite gourmande en perspective !

La Caramélerie de Mane

Route de salagon, 04300 Mane

Tél. : 04 65 69 00 70 - www.territoire-provence.com



« La confection des caramels nécessite une attention particulière accompagnée d'un certain savoir-faire. »



L'ÉCOMUSÉE DE L'OLIVIER

UNE INVITATION AU VOYAGE



Situé dans le Luberon, à proximité du village de Volx, dans un ancien four à chaux du début XX^e siècle, l'écomusée de l'Olivier est un lieu hors du commun dédié à l'histoire et la culture de l'olivier.

Chargé d'histoire, ce lieu, qui fut la première fabrique de L'Occitane en Provence il y a près de 45 ans, a évolué en un joli musée permettant de devenir, le temps d'une visite, un expert en oliviers. Belle porte d'entrée dans l'univers du mythique arbre provençal, les nombreux objets et outils interactifs et audiovisuels invitent les visiteurs à faire un voyage à travers les siècles pour découvrir l'histoire, la biologie, la mythologie, l'utilisation, la taille et la récolte des oliviers jusqu'à la fabrication de l'huile d'olive. Rythmés par les différentes étapes proposées, les visiteurs, les cinq sens en éveil, déambulent dans les différents espaces à la découverte des secrets de la mystérieuse transformation de l'olive en élixir provençal, grâce à des vidéos projetées sur grand écran, des petites stations d'écoute audio et un parcours olfactif très ludique ! Chaque étape est une invitation au voyage. Cerise sur le gâteau, la visite peut se terminer par un passage dans la boutique-épicerie fine Maison Brémond 1830 et un déjeuner au restaurant « le Petit Ribier ». Dans un cadre atypique et chaleureux, vous pourrez déguster une cuisine bistrot de produits frais et locaux. À ne pas manquer !



Jean-François et Véronique Pénalva au restaurant le Petit Ribier

Dégustation commentée gratuite possible de 9 à 40 personnes, sur réservation

Ecomusée de l'Olivier
 RD13, ancienne route de Forcalquier
 04130 Volx
 Tél. : 06 06 86 04 83
www.territoire-provence.com

irrésistible

ALPES DE HAUTE PROVENCE

Faites un choix d'avenir
investissez au cœur
de la Région Sud !



Le foncier et l'immobilier d'entreprise à portée de clic ! :
www.investinalpesdehauteprovence.com

TERRE D'OC

DES THÉS ENGAGÉS ISSUS DU TALENT DES FEMMES

Située en plein cœur des Alpes de Haute-Provence, l'enseigne terre d'Oc est une référence dans le milieu du thé. Depuis 27 ans, elle propose un large choix de thés bio sélectionnés et travaillés avec soin. Des produits d'une grande qualité qui cochent tous les engagements de cette entreprise à mission où travaille une équipe de passionnés.

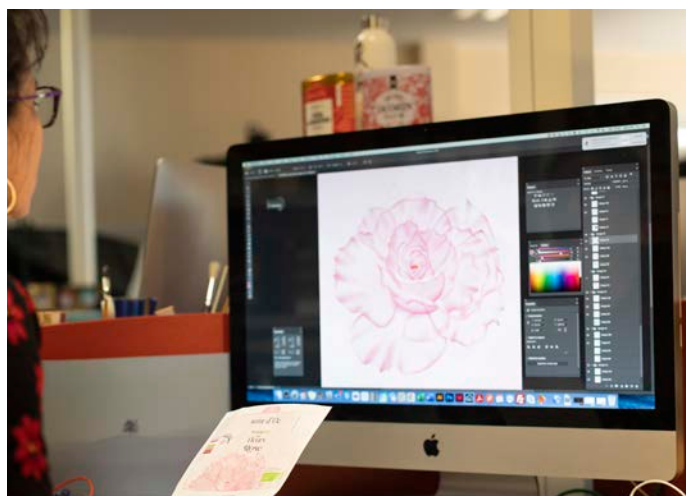
Texte : Camille Sanchez - Photos : Rémy Cortin



Vincent Cavailles et Laure Vincent, les dirigeants de terre d'Oc

Le département des Alpes de Haute-Provence abrite de nombreuses entreprises riches en saveurs, en senteurs et en engagements. Parmi les plus connues, on retrouve l'enseigne de thés bio terre d'Oc. Depuis plusieurs années, le thé est la boisson la plus consommée au monde, juste derrière l'eau. Chaque année, on en boirait environ quatre tonnes dans le monde entier. Et pour répondre à cette forte demande, différentes entreprises se livrent une bataille commerciale. En France, le marché du thé compte plusieurs marques parmi lesquelles la PME terre d'Oc qui a posé ses valises dans le village provençal de Villeneuve où travaille

une cinquantaine de personnes. Et l'effectif a la particularité d'être majoritairement féminin avec 85% de salariées. « terre d'Oc n'est pas une entreprise féministe, mais elle est imprégnée de féminité », assure Laure Vincent, l'actuelle directrice générale de la société. Depuis le départ des fondateurs en 2021, Laure Vincent et Vincent Cavailles se partagent la direction. « Depuis toujours, il y a eu une direction à deux têtes, avec une personne chargée de la production et l'autre de la création. On a continué sur cette lancée », indique Vincent Cavailles. Et l'histoire de cette marque française ne date pas d'hier.



UNE RÉFÉRENCE DEPUIS 27 ANS

Créée en 1995 dans le département des Alpes de Haute-Provence, terre d'Oc est une référence dans le monde du thé. À l'origine de son histoire, une rencontre entre ses anciens propriétaires et les fondateurs de l'enseigne Nature et Découverte. « Les créateurs de terre d'Oc sont deux ex-employés de l'enseigne L'Occitane. Ils ont décidé de créer des produits régionaux qui avaient vocation d'être distribués dans les boutiques Nature et Découverte », explique le président Vincent Cavailles. Parmi eux, des ocres de Provence pour réaliser des ateliers créatifs, qui sont d'ailleurs à l'origine du jeu de mots autour du nom. « Très rapidement, terre d'Oc s'est mise à développer des produits dans le domaine du bien-être avec par exemple des parfums d'ambiance pour la maison. Ils ont ensuite lancé la partie cosmétique, les thés et les huiles essentielles. » Ce positionnement varié a permis à la PME provençale d'être toujours en mesure de répondre aux demandes de Nature et Découverte, qui a racheté l'entreprise en 2017. « terre d'Oc est devenue leur laboratoire d'idées. Dès qu'ils avaient un projet dans notre domaine, ils nous appelaient. Avec terre d'Oc, il y a ce côté très agile. Chaque fois qu'on nous demandait une gamme de produits, on était capable de la sortir quelques mois plus tard ». Une agilité qui permet à la société de créer entre 200 et 300 produits par an.

10 COLLECTIONS DE THÉS TRAVAILLÉES AVEC SOIN

Le choix des produits est donc très varié, mais le business principal de l'entreprise reste la vente de thés et d'infusions qui sont tous bio à 100%. « Cela représente un peu plus de la moitié de notre chiffre d'affaires », informe Vincent Cavailles. À ses débuts, la marque comptait 3 à 4 gammes de thés Collection. Aujourd'hui, elle en propose une dizaine : les thés de l'hospitalité, les thés blancs, les thés d'origine, les thés gourmands, les thés glacés, les thés bien-être, les boissons du monde, les thés et saveurs de Noël, les jolies tisanes et les thés des régions. Au total, pas moins de 200 thés et infusions sont disponibles. Un large choix qui permet à chaque consommateur de trouver son bonheur, et ce, qu'il soit en France ou à l'étranger puisque les articles terre d'Oc sont exportés en Belgique, en Allemagne, en Suisse, en Ouzbékistan, dans les pays scandinaves et en Asie. Si les thés terre d'Oc plaisent autant, c'est parce qu'ils ont la particularité d'être tous travaillés dans les locaux de l'entreprise provençale. Mais avant de les aromatiser, la société a mis en place un petit rituel avec l'ensemble de ses employés. « Chaque semaine, tous les salariés se



retrouvent pour déguster les nouveaux lots de thés. On va vérifier leur qualité avant de les parfumer. » Une dégustation qui est suivie par une phase de réflexion orchestrée par une équipe dédiée à l'aromatisation. « On est sur des thés d'origine haut de gamme avec des qualités intrinsèques. On ne peut donc pas leur mettre n'importe quoi derrière. L'aromatisation doit être équilibrée. »



Et pour qu'elle soit le plus juste possible, elle doit suivre un cahier des charges précis, modifié en 2021. « Cette nouvelle réglementation pose des problèmes à beaucoup de fabricants de l'agroalimentaire. Aujourd'hui, un arôme dit de fraises bio doit être fait seulement avec le concentré des fruits. Avant, vous pouviez par exemple faire fermenter du bois avec des levures pour obtenir des notes de fraises. De nos jours, c'est interdit. » Cette mise au point a parfois été compliquée, en particulier pour la création des arômes de fruits à noyaux. Cependant, la marque a pu compter sur l'aide d'aromatiseurs locaux. « Cette relation qu'on a construite avec eux est un vrai travail engagé. On progresse en fonction de nos demandes pour faire des produits les plus naturels possibles. Ça nous a vraiment donné un avantage concurrentiel. » Ces spécialistes réalisent des essais et qui vont ensuite être dégustés. Lorsque les tests sont validés, la production est lancée. « Une fois le thé récupéré dans des cartons, il y a une phase de repos de quinze jours. Cela va permettre l'infusion des feuilles par l'aromatisation choisie. »

UNE DÉMARCHE RSE AU SERVICE DES FEMMES

Pour la très grande majorité des thés proposés par terre d'Oc, la production et la récolte des feuilles est réalisée par des femmes. « Au lieu de travailler avec des entreprises et des intermédiaires, on travaille directement avec des groupements de femmes. » Et parmi les pays producteurs, on retrouve le Sri Lanka. « Là-bas, on travaille avec une association qui a créé des petites unités dans les villages avec une femme leader. Les feuilles de thé y sont récoltées dans des jardins privés de la taille d'un demi-hectare. Chaque femme va faire sa propre récolte », explique Laure Vincent. Et l'entreprise ne s'arrête pas là. « On signe un contrat de commerce équitable et on leur verse une prime. On essaye de favoriser ce travail en direct pour être proches de ces femmes et de ces producteurs. Cela nous permet de connaître leurs besoins et de les aider un peu plus. » Un lien fort avec les femmes qui s'inscrit dans le slogan de la société : « Né du talent des femmes ». « Nous avons signé ce slogan, car les femmes ont ce regard un peu différent sur le monde. Elles ont ce côté bienveillant qu'ont également les hommes qui travaillent



chez nous.» Cette démarche RSE est inscrite dans les statuts de l'entreprise. « Notre raison d'être est la suivante : concevoir et fabriquer des produits de bien-être beaux, bons et sains. Pour y parvenir, on a opté pour une démarche préservant les ressources naturelles et la biodiversité, on développe des filières biologiques et équitables, et on met en lumière le travail des femmes partout dans le monde. » Une raison d'être qui se traduit par cinq engagements majeurs : l'éco-conception, le sourcing bio-éthique avec des filières locales en privilégiant le travail des petits producteurs en France et dans le monde, l'environnement, la mise en lumière du talent et du travail des femmes et le bien-être des collaborateurs. « Tous les engagements que l'on donne sont vérifiables », promet Vincent Cavailles avant d'ajouter : « Quand on a inscrit la raison d'être et les engagements de la société dans les statuts, on a décidé de devenir une Entreprise à Mission. On a été la première société des Alpes de Haute-Provence en tant qu'industriel à passer sous ce statut. Et aujourd'hui, on est la septième de la région Sud Provence Alpes Côte d'Azur. »

Pour conquérir le marché concurrentiel du thé, la marque s'est ouverte à différents canaux de vente. « Après le rachat en 2017, on a décidé d'étendre nos thés dans d'autres circuits de distribution. On nous retrouve aujourd'hui dans des grandes enseignes, dans des petites boutiques indépendantes partout en France, sur Internet et dans notre magasin d'usine. » Si le projet d'ouvrir une boutique physique, comme cela était le cas avant la crise économique de 2008, reste toujours dans un coin de la tête des dirigeants, elle n'est pas une priorité. « Notre volonté actuelle est de travailler nos circuits de distribution et notre site de e-commerce », informe Laure Vincent qui ajoute que « terre d'Oc est aujourd'hui une entreprise de créateurs, de fabricants et de commerçants ».

terre d'Oc

Zone artisanale La Tranche

04180 Villeneuve

Tél. : 04 92 79 40 20 - www.terredoc.com/fr



FRANÇOIS DOUCET

UNE ENTREPRISE ENGAGÉE, ENTRE TRADITION ET INNOVATION

À Oraison, en Provence, François Doucet confiseur en Provence fait vivre la tradition de l'amande pralinée et de la pâte de fruits. Distribués dans toute la France notamment aux Galeries Lafayette et à La Grande Épicerie, les produits fabriqués par cette entreprise familiale se différencient par leurs matières premières locales et leurs recettes d'antan, modernisées pour répondre aux besoins du marché et aux enjeux de développement durable.

Propos recueillis par Philippe Heullant - Texte : Julie Dallemagne - Photos : Rémy Cortin

UNE ENTREPRISE FAMILIALE QUI PRODUIT EN CIRCUIT COURT

C'est en 1969 que François et Maggy Doucet créent leur confiserie dans un ancien cassoïr d'amandes, à Oraison. « Ils voulaient être au cœur des champs d'amandiers et d'arbres fruitiers », explique Marie Goullioud, Responsable Marketing. François connaît le métier, qui se transmet dans sa famille de génération en génération. Son arrière-grand-père, Théodore Vieillard, était déjà confiseur et créateur de la pâte de fruits d'Auvergne. L'idée de faire, lui

aussi, des pâtes de fruits lui vient d'un échange fortuit avec un producteur d'abricots de la région qui cherche un usage à une partie de sa récolte non adaptée à la table. L'entreprise prend ainsi son départ dans une démarche de fabrication en circuit court et en fait son ADN. Sa priorité : instaurer une relation durable avec des fournisseurs locaux. « Cela fait plus de 10 ans que nous travaillons avec notre fournisseur de pommes et de poires et 20 ans avec notre producteur d'amandes ! » Le premier produit distribué par



François et Maggy Doucet, les créateurs de l'entreprise

la maison (et toujours disponible) est le Pralino Eis Amendo, une amande de Provence pralinée, enrobée de sucre de canne parfumé à la vanille Bourbon et aux herbes aromatiques. Depuis, François Doucet a diversifié sa production avec la pâte de fruits. Aujourd'hui, un peu plus de 70 personnes travaillent au sein de cette entreprise « qui reste très familiale ». Trois des quatre enfants des fondateurs sont les seuls actionnaires. Une identité à laquelle est attachée l'équipe, « certains sont là depuis des décennies et ont même travaillé aux côtés de François et Maggy ! » Autre caractéristique qui distingue l'entreprise : une part importante des employés est constituée de femmes, et ce, depuis la création.

UNE FABRICATION ENTRE TRADITION ET INNOVATION

À l'instar du Pralino Eis Amendo, plusieurs produits conservent les recettes d'origine qui font la tradition de la maison. « La société fait 10 000 000 € de chiffre d'affaires. On n'est plus vraiment un artisan mais notre production reste artisanale », précise Marie. Au sein des quatre ateliers de l'entreprise (fabrication de la pâte de fruits, conditionnement de la pâte de fruits, fabrication du

chocolat, conditionnement du chocolat), une partie importante de la production reste manuelle. « Nous sommes également très innovants. En réalité, nous sommes à la croisée des chemins entre la tradition et l'innovation ». L'entreprise est d'ailleurs dotée d'un laboratoire de recherche et développement. Charlotte, responsable qualité et R&D, travaille main dans la main avec Nicolas pour penser de nouvelles recettes et améliorer les produits existants. Revoir la contenance en sucre pour répondre à une demande du marché, adapter la taille des produits et travailler la naturalité des recettes font partie des défis du laboratoire. « On a fait un gros travail sur la naturalité des colorants, mais c'est très compliqué à maîtriser. Nous utilisons la spiruline pour le vert, le paprika, le curcuma, la betterave ou encore la poudre de framboise ou de cassis ». Les recherches impliquent l'étude de la résistance dans le temps de ces nouveaux ingrédients et donc des couleurs, pour ces produits de confiserie de longue conservation. « Nicolas fait des tests sur de nombreuses couleurs, il les laisse vieillir dans différentes conditions d'humidité et de chaleur notamment pour voir l'évolution ».



DES PRODUITS GOURMANDS À BASE DE FRUITS LOCAUX

Pour la confection de ses amandes enrobées, la maison François Doucet travaille avec différentes variétés d'amandes provençales ou françaises : la Lauranne, la Ferragnès et la Ferraduel. Le calibre du fruit est soigneusement choisi pour obtenir un équilibre entre l'amande et l'enrobage (praliné seul ou postérieurement enrobé de chocolat, chocolat à la cannelle, chocolat au caramel ou nougat...). La gamme des « turbinés » (ainsi nommée, car le fruit sec passe dans des turbines) inclut également différents noyaux : pistache, noisette, et même billes de céréales sans gluten. Autre spécialité de la maison : la pâte de fruits enrobée de chocolat. « C'est ce qu'on appelle le cœur de fruit, c'est très original. Tout est fait maison, et ce produit dont la fabrication est très technique rassemble nos deux métiers ». Car l'autre savoir-faire qui donne une place de choix à François Doucet parmi les grands confiseurs est bien la fabrication de la pâte de fruits à base de pulpe de fruit. Là encore, un soin particulier est apporté au choix de la matière première, locale. « Nous sélectionnons le fruit directement sur l'arbre. Pour cela, notre responsable qualité va régulièrement voir nos producteurs, les vergers... Ainsi, elle s'assure de la qualité de la production. » Le fruit est ensuite transformé en pulpe ou en purée, sans aucun additif. « Pour notre matière première, des ingrédients aux packagings, nous privilégions toujours le local en premier, puis l'origine française,



dans le cas du sucre, par exemple ». Pâtes de fruits au coing, à la fraise, à la framboise, à la poire ou encore à l'abricot sont vendues dans de jolis coffrets dans la boutique de l'entreprise et sur le site francois-doucet.com, mais aussi dans de nombreuses boulangeries, pâtisseries et épicerie fines partout en France. Ces produits haut de gamme (certains disponibles en version bio) sont également présents dans les grands magasins parisiens comme Les Galeries Lafayette et La Grande Épicerie notamment. La marque propose d'élégants coffrets pour Noël (ainsi qu'un calendrier de l'avent), mais aussi pour la Saint-Valentin ou pour Pâques, entre autres grandes occasions.

UNE SOCIÉTÉ AUX ENGAGEMENTS MULTIPLES

Si l'entreprise a fait de son approvisionnement en circuit court son ADN, elle est également engagée de différentes manières. Par exemple, elle a planté 10 hectares d'amandiers, et a créé un syndicat avec d'autres entreprises, pour participer à la pérennisation de la production de l'amande française. Et sa clientèle est aussi invitée à contribuer à ce projet durable : tout un chacun peut parrainer un amandier ou offrir le parrainage pour la somme de 20 € (sur le site web). Le parrain ou la marraine reçoit ensuite un certificat avec le numéro de l'amandier sur la parcelle, un produit et 10% de réduction pendant un an. « Notre rêve : pouvoir utiliser nos propres amandes dans nos produits un

jour, au moins pour une partie de notre production ». Un projet qui nécessitera probablement quelques bonnes années pour voir le jour : « Nous avons eu notre première récolte cette année, mais elle a été catastrophique avec les gels tardifs. La famille Doucet a donc décidé de donner les amandes aux employés. Ils sont venus les cueillir, nous avons fait un repas très convivial dans les champs et chacun est reparti avec son sac », relate Marie. Par ailleurs, l'entreprise a mis en place une série d'initiatives pour optimiser ses dépenses énergétiques qui incluent l'installation de panneaux photovoltaïques sur le toit de l'usine, mais aussi de gestion des déchets et de réutilisation des matériaux. Côté engagement social, François Doucet confiseur en Provence est partenaire de plusieurs associations. « Nous donnons beaucoup aux Restos du Cœur et à la Banque alimentaire, et cela depuis la création de l'entreprise, François et Maggy y étaient très attachés. Nous sommes aussi partenaires du Téléthon depuis deux ans. Par ailleurs, nous soutenons la Fondation Cocoa Horizons (pour le cacao équitable) ». Enfin, l'entreprise compte parmi les EPV, entreprises du patrimoine vivant, importante reconnaissance qu'elle a reçue en 2017.

François Doucet Confiseur

Avenue de Traversetolo, 04700 Oraison

Tél. : 04 92 78 63 61 - www.francois-doucet.com



MAISON TELME

LES TERRINES ARTISANALES

100% PROVENÇALES

Implantée en Haute-Provence depuis 1947, la conserverie Maison Telme propose des terrines, des mélanges d'épices, de sels et de riz faits maison. Un savoir-faire perpétué depuis trois générations, jusqu'aujourd'hui, c'est Solange Nervi-Telme, petite-fille des fondateurs, qui a repris le flambeau de cette entreprise familiale gourmande.

Propos recueillis par Aurélie Hallereau - Texte : Camille Sanchez - Photos Rémy Cortin

Une grande partie des habitants des Alpes de Haute-Provence connaissent la Maison Telme. Et pour cause, en 1947 Gaston et Lydie Telme créent une charcuterie dans le petit village provençal d'Oraison, où le pâté au genièvre et les saucissons font toujours parler d'eux. Une petite entreprise qui a su traverser les décennies, développer son offre auprès des professionnels des métiers de bouche, puisque 75 ans après, son savoir-faire perdure. Solange Nervi-Telme, petite-fille des fondateurs, est à la tête de l'entreprise depuis 2007.

Alors qu'une voie de chercheur en biologie à Marseille semblait tracée, elle décide de revenir au pays avec l'idée de valoriser les richesses agricoles de cette Provence qui fait tant rêver. Très sensible à l'équilibre nutritionnel et au bien manger, Solange nous confie, « je souhaitais créer des produits à la fois sains et beaux, pouvoir dire d'où venait chaque ingrédient, connaître tous les producteurs, qu'ils soient locaux aussi souvent que possible, et que les étiquettes soient aussi propres qu'esthétiques. Que chaque produit qui sort de notre atelier fasse passer un bon moment à celui qui le déguste ». Avec cette profession de foi, beaucoup de ténacité et une équipe motivée, elle élargit d'abord la gamme de terrines, qui compte aujourd'hui une cinquantaine de recettes, des plus classiques (terrines de campagne, terrines de gibiers) aux plus originales (terrines au citron de Menton, au taureau AOP de Camargue, aux kumquats, aux figues de Solliès, aux magrets frottés de fleurs de lavande...). Puis elle crée des mélanges de sels et de riz

de Camargue, contenant des plantes aromatiques provençales, des fleurs, des zestes de citron maison... Les 200 000 articles produits chaque année de manière artisanale sont entièrement préparés dans l'atelier de Peyruis, construit en 2017, où 47 oliviers ont été plantés en hommage à l'année de création de l'entreprise. Un savoir-faire artisanal, où la qualité passe avant la productivité et l'automatisation.

DES TERRINES FABRIQUÉES « À L'ANCIENNE » AUX SAVEURS ORIGINALES

« Chaque matin, nous fabriquons des terrines, nous répétons les mêmes gestes, avec la même rigueur, souvent dans le silence, les regards suffisent, nous sommes concentrés sur les détails qui font toute la différence ». Les terrines de la Maison Telme ont la particularité de ne pas contenir d'œuf, gluten, lait, ce qui fait le bonheur des personnes allergiques ou intolérantes. Au niveau des ingrédients, toutes les terrines sont à base de porc de plein air des Hautes-Alpes, nourri aux céréales. « Nous choisissons des morceaux nobles (sauté de canard, gardiane de taureau AOP, épaule d'agneau de Sisteron), chez nous pas de viande dite de fabrication ».

DES SELS, DES RIZ, DES PLANTES AROMATIQUES

Au fil des années et des rencontres, la Maison Telme a élargi ses collections, avec des créations à base de fleur de sel et riz de Camargue. Le riz aux fleurs et zestes de citron embaumait l'atelier lorsque nous avons visité la Maison. Une gamme de plantes



« Solange soigne ses recettes mais aussi les étiquettes de ses produits où le logo reprend la signature de son grand-père »



aromatiques mono variétales fait également le bonheur des cuisiniers (thym, origan, herbes de Provence, lavande fine...), les noms évoquent la garrigue provençale et les grillades entre amis.

DES COLLABORATIONS PRESTIGIEUSES

Depuis 2017, la créativité et la rigueur de Solange feront qu'elle sera choisie par de grands chefs pour réaliser à 4 mains leurs recettes. Le porc de montagne est associé au Gin distillé par Emmanuel Renaut, aux immortelles d'Edouard Loubet, au cerf d'Olivier Nasti, aux menthes coq de Jany Gleize. La Maison Telme les commercialise également chez ses distributeurs et en vente directe. « C'est un plaisir de travailler avec des chefs de renom, ils nous font grandir à la fois par la transmission de techniques et par les associations d'ingrédients qu'ils proposent ». Des créations continues dont raffole Solange, qui soigne également les étiquettes de ses produits, où le logo est la signature de son grand-père. Le savoir-faire de la Maison a été récompensé par deux prix aux Epicures de l'Épicerie Fine, une distinction phare dans la profession. « J'ai la chance d'avoir aujourd'hui une équipe soudée et motivée, ce qui me permet de penser à la prochaine terrine, ou à ce que je pourrais faire avec cette monarde plantée dans le jardin expérimental d'aromatiques sous la fenêtre de mon bureau ». Souhaitons un bel avenir à cette conserverie qui n'a pas fini de nous régaler.

Maison Telme

3 Espace Economique Saint-Pierre, 04310 Peyruis
Tél. : 04 92 30 53 45 - www.maisontelme.com







LES TRÉSORS DE LA BOÎTE À BISCUITS

Au royaume des plaisirs régressifs, la Boîte à Biscuits tient une place à part. Située à Digne-les-Bains, dans la zone commerciale Saint-Christophe, cette charmante boutique abrite une entreprise de fabrication artisanale de biscuits et de chocolat. Rencontre avec la passionnante Sarah Chabert qui fait vivre ce lieu unique et convivial !

Propos recueillis par Aurélie Hallereau - Texte : Valérie Donchez - Photos : Rémy Cortin

Incontournable pour les gourmands de la région, la Boîte à Biscuits existe depuis de nombreuses années. Sarah Chabert, son actuelle propriétaire, l'a reprise il y a bientôt deux ans et en a fait un lieu incontournable. À son image, la Boîte à Biscuits cultive la convivialité et distille un charme unique. Éluë aux Mées, magistrate, présidente du tribunal des prud'hommes de Digne-les-Bains, chef d'entreprise... Cette jeune femme dynamique a un parcours vraiment atypique. Dans sa jeunesse, Sarah a travaillé pour de grands noms du luxe avant de s'investir dans le bâtiment. Aucun domaine ne lui résiste. Pourquoi

La Boîte à Biscuits ? « J'ai fini par revendre mon bureau d'études dans le bâtiment et j'ai décidé de prendre une année sabbatique pendant laquelle j'ai intégré la prép'ENA à science po Grenoble. C'était juste avant la Covid. J'envisageais de faire de la politique car j'ai toujours eu de l'attrait pour l'économie et les sciences politiques, mais lorsque j'ai entendu parler de la mise en vente de la Boîte à Biscuits, le challenge m'a vraiment intéressée. Mon tout premier emploi était dans un salon de thé. J'ai fait une sorte de retour aux sources. Je voulais être dans le créatif et dans le faire. »



UN LIEU UNIQUE ET CHALEUREUX

Aujourd'hui, grâce aux nombreuses idées de Sarah, la Boîte à Biscuits est un véritable lieu d'échanges et de partage, un magnifique magasin & coffee shop dans lequel vous pourrez déguster des produits simples, bons et artisanaux. « Ici, on déguste, on découvre... Nos clients peuvent venir goûter toute la gamme de nos produits, chocolats, biscuits, confiseries, glaces... sur place ou à emporter », explique Sarah. Vous rêvez d'apprendre à faire une bûche de Noël ? Venez vous inscrire aux cours des chefs réalisés dans les ateliers de la biscuiterie. Des visites sont également organisées toute l'année pour les gourmands qui veulent en apprendre plus sur la boutique. « La Boîte à Biscuits n'est pas qu'une boutique, c'est un véritable lieu de vie », souligne Sarah. « Il y a une âme, défendue par les clients. C'est une entité à laquelle on tient. C'est cosy et invitant comme un espace de coworking. Ici, pas de sodas industriels. Vous allez savourer un chocolat à l'ancienne, un bon café. Sous les cloches, vous découvrirez les créations des chefs Bastien Burle et Cyril Garcin. » Ces deux passionnés partagent avec Sarah Chabert un goût pour le travail bien fait et l'originalité. La Boîte à Biscuits a d'ailleurs reçu le prix Créativité lors des Trophées des Entrepreneurs Positifs CPME Sud.

LA CRÉATIVITÉ POUR MAÎTRE MOT

La créativité est justement le maître mot que partage cette audacieuse entrepreneuse avec ses équipes. Bastien Burle, Cyril Garcin et Sarah Chabert ne cessent jamais de créer. Sous l'impulsion des uns et des autres, ils repoussent les limites de la biscuiterie et de la chocolaterie classique, preuve en est le chocolat à l'huile d'olive, sans beurre, que Cyril a lancé cette année. « C'est un chocolat atypique, précise Cyril. L'huile d'olive vient d'un moulin du coin. C'est une nouvelle recette. On a aussi un bonbon chocolat à la fève tonka. Les clients adorent. On travaille avec des couverturiers qui nous fournissent en chocolats que nous retravaillons ensuite. Mon rêve, c'est de travailler la fève et de créer moi-même notre chocolat. Sur l'intérieur des bonbons, nous créons tout de A à Z. » Cyril Garcin, finaliste du concours du Meilleur Ouvrier de France 2018, aime aussi mêler technologie et artisanat en travaillant en 3D. « Je modélise ma tablette sur logiciel, je l'imprime en 3D, en résine, puis je la thermoforme. Je fais une empreinte avec un plastique puis j'y coule mon chocolat. » Ainsi, il crée des petites merveilles comme des tablettes personnalisées avec le logo d'une entreprise par exemple. Côté biscuits, Bastien propose des croquants, des biscuits de la région avec des amandes de Provence ou du miel qui vient de Digne-les-Bains. C'est un savoir-faire et des recettes qu'il garde précieusement. Dégustez une de ses traditionnelles navettes provençales, à la fleur d'oranger !



« La créativité est le maître mot que partage Sarah Chabert avec ses équipes. »



Découvrez aussi ses petits beures à la lavande et à l'anis et extasiez-vous sur la fabrication maison de ces délices. « Tout est fait ici. Nous avons un labo biscuit et un labo chocolats. En biscuits, nous avons une dizaine de recettes », précise le jeune chef qui n'hésite jamais à seconder le chocolatier à l'approche des fêtes. « Nous sommes très complémentaires. » Chocolat, biscuits... Ils s'inspirent très souvent l'un l'autre. « Nous travaillons avec dix artisans locaux », ajoute Sarah. Pour travailler avec des artisans locaux, il faut connaître le territoire et je le connais très bien. » C'est une des forces de l'entreprise. « Nous utilisons certainement les mêmes produits que les autres mais nous les utilisons différemment. » Pour les autres matières premières et fournitures (emballages, sachets, ballotins, beurre...), la cheffe d'entreprise favorise toujours la production française pour répondre à une forte demande des consommateurs à ce niveau-là. « Le retour aux valeurs des produits du terroir, la fabrication artisanale, le « Made in France », la traçabilité et la transparence dans les processus de fabrication n'est pas un phénomène de mode mais une véritable demande de nos clients ! »

La Boite à Biscuits

Zone St. Christophe, 04000 Digne-les-Bains
Tél. : 04 92 31 93 47 - www.laboiteabiscuits.fr



COCKTAILS

Par Sylvie Heullant - Photos : Rémy Cortin

**COCKTAILS DE LA MAISON DISTILLERIES ET DOMAINES DE PROVENCE
À FORCALQUIER**

Melle ROSE

- 2 cl de Gin XII
- 7 cl de Rinquinquin
- 2 cl de sirop de rose
- 2 cl de jus de citron vert
- 7 cl d'eau gazeuse

Mélanger les ingrédients
au shaker et allonger
avec l'eau gazeuse.





ORI'GIN

- 5 cl de Gin XII
- 2 cl de sucre liquide
- 2 cl de jus de citron
- 5 cl d'eau gazeuse

Mélanger les ingrédients au shaker
et allonger avec l'eau gazeuse.



COCKTAIL RÉALISÉ PAR HÉLÈNE BOGLIORIO - BAR DE L'HÔTEL & SPA LES GORGES DU VERDON
À LA PALUD-SUR-VERDON

SPRITZ PROVENÇAL

- 6 cl d'Aperol
- 8 cl d'Extra Bulle Petra Viridis
- 10 cl de limonade
- 3 feuilles de basilic
- 3 demi tranches d'orange bio
- 1 branche de romarin
- 1 fleur de mauve



Mettre les oranges dans un grand verre ballon et les écraser avec un pilon pour en extraire le jus. Ajouter les feuilles de basilic et les écraser légèrement pour dégager les arômes puis ajouter l'Aperol, l'Extra Bulle et la limonade ainsi que des glaçons. Mélanger. Décorer d'une branche de romarin et d'une fleur de mauve.

COCKTAIL RÉALISÉ PAR PAUL CHOLLET - RESTAURANT IL ÉTAIT UNE FOIS
À SISTERON

JOPO

- 4 cl de Génépi, liqueur des Alpes, Distilleries et Domaines de Provence
- 2 cl de sirop de fleurs de sureau • 2 cl de jus de citron pressé
- 12 cl de jus de pomme



Verser tous les ingrédients
dans le shaker rempli
de glace puis agiter.
Filtrer la glace et servir dans
un verre rempli de glacons.

COCKTAILS RÉALISÉS PAR CHRIS DELAETRE - BAR DU CASA GIA
BASTIDE SAINT GEORGES À FORCALQUIER

BARDOUIN SOUR

- 5 cl de Pastis Henri Bardouin, Distilleries et Domaines de Provence • 2,5 cl de jus de citron vert
- 2 cl de sirop d'orgeat • 3 cl d'aquafaba ou de blanc d'œufs • Garniture : anis étoilé



Verser les ingrédients dans un shaker.
Shaker pendant 10 secondes.
Ajouter de la glace et shaker
à nouveau pendant 10 secondes.
Servir dans une coupe en filtrant.

LE MÉDITERRANÉEN

- 2 cl de Pastis Henri Bardouin,
Distilleries et Domaines de Provence
- 2 cl de Rinquinquin,
Distilleries et Domaines de Provence
- 2 cl de jus de citron
- 1,5 cl de sirop d'orgeat

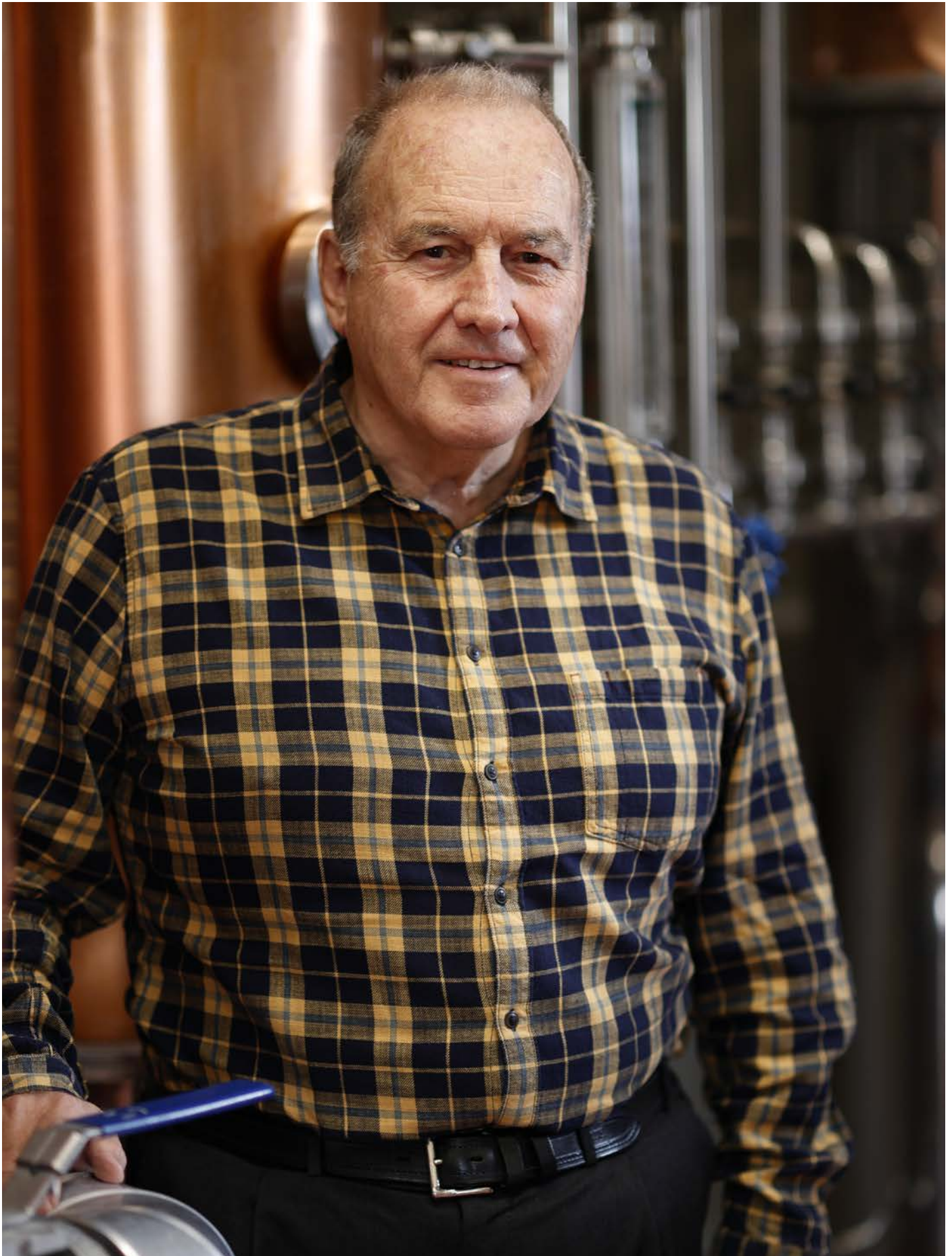
Verser les ingrédients directement dans le verre et ajouter quelques glaçons. Mélanger 15 secondes.



WHITE NÉGRONI REVISITÉ

- 2 cl de Gin XII,
Distilleries et Domaines de Provence
- 2 cl de Rinquinquin,
Distilleries et Domaines de Provence
- 2 cl de Gentiane de Lure,
Distilleries et Domaines de Provence
- En option : 1 dash d'Absente 55°,
Distilleries et Domaines de Provence

Verser les ingrédients directement dans un verre old fashion rempli à moitié de glaçons. Faire tourner 15 secondes avec la barspoon. Garnir d'une tranche ou d'un zeste d'orange.



Alain Robert, PDG de Distilleries et Domaines de Provence



La grande famille de salariés de Distilleries et Domaines de Provence

DISTILLERIES ET DOMAINES DE PROVENCE

LA TRADITION SURPRENANTE

Distillateur, fabricant et créateur de spiritueux depuis plus de cent ans, Distilleries et Domaines de Provence a conservé un savoir-faire séculaire tout en innovant constamment. Ses produits portent en eux les saveurs de son terroir tout en y incluant des notes exotiques. Ici, plantes et épices sont les reines et offrent du plaisir tant à ceux qui les mettent en valeur qu'à ceux qui les dégustent.

Propos recueillis par Aurélie Hallereau et Philippe Heullant - Texte : Dorothée Blancheton - Photos : Rémy Cortin

UNE DISTILLERIE RICHE DE SON HISTOIRE

C'est au cœur des Alpes de Haute-Provence, dans la commune de Forcalquier que débute en 1898 l'histoire de Distilleries et Domaines de Provence. À l'époque, celle-ci se nomme Distillerie de Lure, en référence à la montagne au pied de laquelle elle se situe. Entre les Alpes et la Méditerranée, le lieu dispose d'un climat très favorable au développement d'une grande variété de plantes. Tant et si bien qu'il est reconnu comme le paradis des botanistes. Dès le Moyen Âge, les ramasseurs d'herbes médicinales les distillent et se font colporteurs. « Ils se sont aperçus qu'il était plus facile d'amener des huiles essentielles plutôt que des kilos de plantes. Une activité de distillation est donc apparue autour de la montagne de Lure. Les

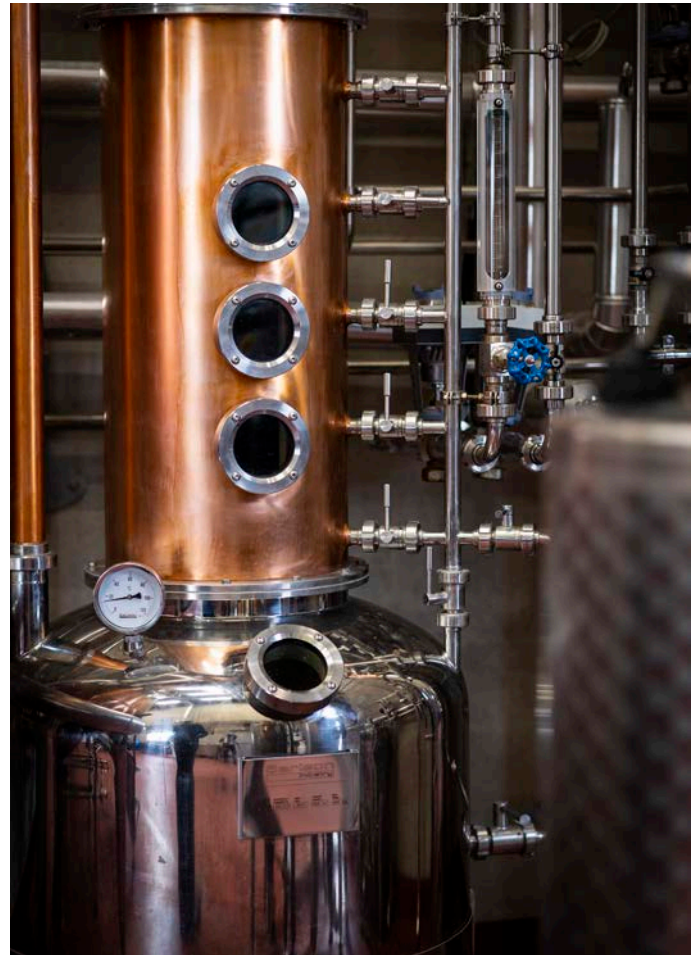
gens faisaient des produits pour se soigner et des spiritueux. C'est à la fin du XIX^e siècle que les deux professions se sont séparées », explique Alain Robert, l'actuel PDG de la distillerie.

DES DÉBUTS MARQUÉS PAR LA GUERRE

Du pays de la montagne de Lure jusqu'à Manosque, ce sont plus de quinze distilleries qui produisent alors des spiritueux et de la liqueur d'absinthe. C'est à cette période que la distillerie de Lure voit le jour. L'entreprise change de mains plusieurs fois jusqu'en 1920, quand Paul Ferréoux, artiste peintre et négociant en vins et spiritueux pendant la première guerre mondiale, rachète l'établissement. Il crée en 1924 le pastis Paulanis (en écho à son prénom). La



Yves Raffatelli, distillateur de Distilleries et Domaines de Provence



distillerie produit aussi quelques liqueurs, de l'alcool pur pour les bars et a une activité de grossiste. En 1939, alors que la plupart des distilleries de la région ont fermé leurs portes suite à la guerre et à l'interdiction de l'absinthe depuis 1915, Jean Nalin et Marcel Pascal rachètent l'entreprise. Henri Bardouin, un carrossier-charron blessé à la guerre et ne pouvant plus exercer son métier, y est engagé. En 1946, il rachète les parts de la distillerie à la veuve de Marcel Pascal, fusillé pendant la guerre. Et en 1962, il en devient le seul propriétaire. « Henri Bardouin était un garçon très inventif qui vivait beaucoup de la cueillette et de la chasse. Il avait la passion de la campagne et de ce qui poussait naturellement », déclare Alain Robert. Il transmet à ses équipes sa passion et poursuit la tradition des apéritifs et des liqueurs à base de plantes dont il élargit la gamme avec le Génépi, l'Amandine...

UN SUCCÈS FULGURANT

Les années passant, son fils Jacques reprend la distillerie en 1974 avec deux copains dont Alain Robert. Ils développent de nouveaux produits : des apéritifs, des fruits à l'alcool, l'eau de vie de marc Cordelier. « Les choses n'étaient pas faciles pour nous jusqu'au jour où on a lancé, en 1986, un produit au succès international très rapide, beaucoup trop d'ailleurs : le Carlton, un vin mousseux aromatisé à la pêche », se souvient Alain Robert. Le succès est tel que l'année d'après le groupe Pernod-Ricard rachète la distillerie. En 1990, Alain Robert en reprend les rennes mais Pernod-Ricard conserve la marque Carlton. La société devient Distilleries et Domaines de Provence et compte 14 salariés. C'est l'heure du renouveau et c'est aussi la création du pastis Henri

Bardouin, un pastis haut de gamme auréolé de la médaille d'or au Concours Général Agricole en 2008, 2017 et 2020 et de plusieurs médailles d'or dans des concours internationaux IWSC ou encore le Spirit Selection de Bruxelles. Un produit phare de la distillerie. « On fait un tiers de notre chiffre d'affaire à l'exportation avec le pastis Bardouin alors que c'est un produit franco-français », confie Alain Robert. Depuis, l'entreprise se développe régulièrement en élaborant de nouvelles gammes d'apéritifs et liqueurs, le plus souvent à partir de recettes locales. Elle réalise un chiffre d'affaire de plus de 9 millions d'euros dont 44% à l'export dans 80 pays dans le monde. Aujourd'hui, une quarantaine de salariés participe à l'essor de la distillerie et de ses produits dans le respect des traditions et de l'amour du travail bien fait.

DANS LES COULISSES DE LA DISTILLERIE AVEC LES ALAMBICS

Au cœur de la production, la distillation est une étape essentielle à la création des spiritueux. Ici c'est Yves Raffatelli et ses quarante-deux ans d'expérience qui est aux commandes des deux alambics. La distillation, c'est la base d'un produit. C'est elle qui permet de séparer à des températures variables les substances liquides et d'extraire les composés aromatiques des plantes. Jusqu'en septembre 2017, Distilleries et Domaines de Provence effectuait ses distillations dans un vieil alambic de 130 ans. Depuis, tout est désormais distillé grâce à deux alambics en cuivre et en inox conçus sur mesure pour offrir une plus grande liberté dans l'élaboration des recettes et une qualité constante. L'un des alambics possède une colonne de rectification avec dix plateaux pour affiner les produits distillés en fonction de leurs

spécificités. Le deuxième alambic, plus petit et simple, est davantage destiné aux plantes. « Avec l'ancien alambic, nous n'étions pas capable de tout faire. Il n'était pas équipé de colonne de rectification et fonctionnait au bois donc en dents de scie. Désormais, avec notre nouvel alambic, nous sommes capables de tout distiller nous-mêmes. C'est valorisant », confie Yves, le distillateur arrivé ici en 1980.

LA DISTILLATION : UN VRAI SAVOIR-FAIRE

Mais avant de passer par la case distillation, d'autres étapes sont nécessaires : les plantes sont cueillies sur le plateau des Mourres au pied de la montagne de Lure et alentours, elles sèchent à l'air libre et macèrent dans des cuves d'alcool. Ces infusions sont ensuite égouttées ou pressées puis distillées à chaud pour en extraire la quintessence des arômes. Ces distillats sont assemblés en fonction de la boisson désirée. Tout au long de la distillation, le distillateur a un verre à la main. Il sent en permanence pour s'assurer du résultat et consigne ses observations dans un cahier. « À force d'utiliser notre olfactif et le gustatif, on n'est pas trop mauvais », glisse en toute humilité Yves. S'il faut deux à trois ans de formation pour maîtriser l'alambic et le travail autour, former son nez est beaucoup plus long. Yves a appris sur le tas. Il n'y a pas d'école pour ça. Le distillateur travaille également de concert avec les équipes de recherche et développement à la création de nouveaux produits. « On discute de ce que l'on veut faire, de la possibilité de les distiller ou pas. Quand on me dit demain on va faire un essai de bergamote et de basilic pour un nouveau produit, je ne dors pas de la nuit ! Je suis pressé d'être là pour savoir ce qui va sortir car c'est toujours la surprise », s'enthousiasme ce passionné. Pour obtenir le juste dosage, de nombreux essais sont nécessaires. Patience et persévérance sont les maîtres mots. « Une distillation ce n'est jamais pareil, c'est ce qui fait tout son charme », conclut-il.



Alain Robert, PDG ; Hélène Rogeon, œnologue et Yves Raffatelli, distillateur



« De nombreux propriétaires ont laissé leur empreinte dans cette distillerie, gardienne des traditions de la région. »





UNE BELLE GAMME DE PRODUITS UNIQUES

La fabrication d'un nouveau produit peut prendre deux ans comme deux mois. Il n'y a pas de recette miracle. En revanche, toutes ces créations font l'objet d'une attention de tous les instants. Avant de commander en grande quantité les plantes et épices qu'elle ne trouve pas à proximité, la distillerie demande des échantillons, les sent, les observe pour vérifier leurs qualités organoleptiques. L'équipe déguste les infusions et les distillats en les comparant avec ceux de deux lots précédents. « Notre exigence c'est d'avoir quelque chose de constant dans le temps au niveau de notre produit fini. Ces contrôles à chaque étape sont nécessaires car le pastis par exemple est fabriqué par cuve de 18 000 litres, on ne peut pas se permettre de se louper », explique Lucie Marengo, ingénieure alimentaire et responsable production. Une fois le produit fabriqué, il est filtré avant la mise en bouteille pour éliminer les éventuels dépôts. De quoi offrir des produits de grande qualité.

LE PASTIS HENRI BARDOUIN

Créé en 1990, le pastis « Henri Bardouin » est sans conteste le fer de lance de la distillerie. Ce grand cru désaltérant se distingue des standards de sa catégorie par sa complexité et sa richesse en aromatiques. « C'est Henri Bardouin qui a commencé à inclure beaucoup de plantes dans les recettes traditionnelles. C'est de là qu'est venue l'idée de créer ce pastis et de lui donner son nom », explique Héléne Rogeon, maître liquoriste et responsable R&D. Là où la plupart des pastis se contentent d'un assemblage d'anis et de réglisse, le Bardouin se compose de plus de 65 plantes (armoise, thym, romarin, sauge...) cueillies à la main, autant que possible dans la région, et d'une grande variété d'épices comme la cardamome, la maniguette, la fève de tonka qui apportent une touche

exotique. « Ce qui fait sa différence, c'est aussi son juste équilibre. On met par exemple très peu de réglisse car elle est persistante en bouche et donne un arrière-goût désagréable », précise Héléne Rogeon. Reconnu comme l'un des meilleurs du monde, le pastis Henri Bardouin a été primé à de nombreuses reprises. Attention toutefois à ne pas le doser comme un Ricard au risque de le trouver trop fort. Pour percevoir toutes ses subtilités, le Bardouin se déguste allongé à raison d'un volume de pastis pour 6 à 10 volumes d'eau. Une version Prestige est sortie en 2021 pour les cavistes. Il a pour base l'infusion de safran de Forcalquier qui lui confère sa teinte jaune et ses notes plus boisées et douces.

LE GIN XII

Lancé en 2019, le Gin XII s'est rapidement illustré en décrochant la médaille d'or en 2021 au concours international du Beverage Testing Institute aux États-Unis, et celle du concours Général Agricole de Paris en 2022. Le Gin XII doit son nom aux douze plantes qui le composent. « Beaucoup de gins sont en fait des London gins, c'est-à-dire qu'il n'y a qu'une distillation avec toutes les plantes. Nous, nous faisons un véritable dry gin distillé, avec une distillation réunissant huit plantes (baies de genièvre, coriandre, thym, amande, maniguette, cardamome, racine d'angélique et racine d'iris) puis quatre petites distillations des plantes séparément : le basilic, le romarin, la menthe poivrée et l'eucalyptus. Nous avons choisi des notes de la garrigue provençale », confie Héléne Rogeon. Ce gin se boit pur avec de l'eau gazeuse, du jus de citron et un peu de sucre pour le relever. En cocktail, il peut s'associer avec un sirop de rose. En revanche, attention au dosage avec un tonic qui apporte de l'amertume et pourrait le dénaturer.



LE RINQUINQUIN

Le RinQuinQuin désigne en provençal une boisson revigorante. Cet apéritif léger et fruité à base de vin blanc de la région, de feuilles de pêcher, de pêches et de sucre est issu d'une recette traditionnelle. Les pêches de Provence macèrent entières pendant six à neuf mois dans le vin et l'alcool avant d'être pressées. Le RinQuinQuin se boit bien frais nature, éventuellement sur des glaçons, ou en cocktail avec du Tonic, du prosecco, de l'eau gazeuse... « Il est à 15° d'alcool. C'est un produit facile à boire et doux avec son arôme naturel de pêche. C'est un apéritif un peu plus féminin », glisse Hélène Rogeon.

ABSENTE, L'ABSINTHE

Distilleries et Domaines de Provence a été la première entreprise française à fabriquer de nouveau de l'absinthe en 1999, en respectant la nouvelle réglementation notamment sur la teneur en thuyone, une molécule nocive à très forte dose. La distillerie possède une importante gamme d'absinthe qui plaît beaucoup notamment aux États-Unis et en Asie. Ses deux produits phares : Absente et Grande Absente. La première est à 55°, la seconde à 69°. Pour compenser l'amertume des plantes d'absinthe, des distillats de menthe, d'anis vert, de mélisse et des huiles essentielles d'armoise, entre autres, y sont ajoutées. Ces absinthes peuvent se boire à l'apéritif avec de la glace pillée ou dans des cocktails avec du citron, du Tonic.

LA BOUTIQUE ET SON MINI MUSÉE

La distillerie a ouvert sa première boutique en 1977. Depuis 1992, elle vend tous ses produits ainsi que des collections de verres très soignées. Marie-Noëlle Ruot, la responsable de la boutique, y accueille depuis huit ans les touristes. « Je reçois des groupes et leur raconte l'histoire de la distillerie ainsi que celle du pays. Je leur propose à chaque fois de déguster trois produits phares : le RinQuinQuin, la Farigoule et le Bardouin », explique-t-elle. Elle y reçoit aussi des individuels qui peuvent tester ce qu'ils désirent. Libre à eux de faire le tour de la boutique par eux-mêmes ou de bénéficier des explications de Marie-Noëlle sur tous les produits. La boutique a été rénovée et agrandie en avril 2021. À cette occasion, un mini musée est venu la compléter. Il s'adresse surtout aux individuels qui peuvent le visiter facilement grâce aux diverses explications affichées et à son approche ludique. Mais rien n'empêche les touristes venus en groupe d'en faire le tour s'ils le souhaitent. Depuis quelque temps, le lieu organise tous les mois un atelier cocktail. Les clients limitrophes reçoivent une invitation par mail. « On fait venir un professionnel qui anime la soirée et leur apprend à faire des cocktails avec les produits de la distillerie, le Rinquinquin, le Gin XII... Ce sont toujours de supers moments », constate Marie-Noëlle Ruot. L'été, une personne vient en renfort pour faire face à l'affluence. Une soirée dégustation peut également se tenir en extérieur à la belle saison pour profiter de ces boissons sous le soleil provençal. La boutique est ouverte hors saison le lundi, puis du mercredi au samedi. En saison, la boutique n'est fermée que le dimanche après-midi pour satisfaire le plus grand nombre. Une adresse incontournable dans la région !



Marie-Noëlle Ruot, responsable de la boutique à Forcalquier

Distilleries et Domaines de Provence

Pastis Henri Bardouin - Bureaux et usine

Z.A, Les Chalus, 04300 Forcalquier

Tél. : 04 92 75 00 58 - mail : info@distilleries-provence.com

Boutique Distilleries et Domaines de Provence

9 Avenue Saint-Promasse, 04300 Forcalquier

Tél. : 04 92 75 15 41 - www.distilleries-provence.com

Mars à Décembre - Lundi : 10-19h. Mercredi au Samedi : 10-12h30/14-18h30.

Fermé mardi et dimanche. Sauf en Juin et Septembre.

Juillet et Août - Du Lundi au Vendredi : 9-19h. Samedi : 9-13h/15-19h.

Dimanche : 9-13h.

Inscriptions et informations pour Atelier Cocktails et Visite de Distilleries et Domaines de Provence

à partir de mars 2023 par mail à l'adresse : info@distilleries-provence.com

LA CORDOEIL

UNE BRASSERIE

ARTISANALE DE MONTAGNE

De l'eau de source puisée au cœur de la montagne, de l'orge cultivé à plus de 1 000 mètres d'altitude, un brasseur passionné. Voici les trois ingrédients qui ont permis à la brasserie artisanale Cordoeil de devenir un incontournable de la région. Implantée depuis plus de 20 ans sur les hauteurs du Verdon, à Thorame-Basse, la petite entreprise familiale propose une quinzaine de bières différentes, de la classique blonde, à la stout en passant par l'IPA. Depuis quelques années, sodas et whisky sont venus agrémenter la gamme.

Texte : Tatiana Geiselmann - Photos Rémy Cortin



Le décor : des pâturages ondoyants, des vergers parsemés de pommiers, des maisons de pierre blanche ornées de balustrades en bois. Le point de repère : le clocher pointu de l'église, au centre du bourg. A l'horizon : des sommets montagneux recouverts de pins et de mélèzes. Bienvenue à Thorame-Basse, petit village de 200 âmes, implanté en plein cœur de la vallée du Haut-Verdon. C'est à la sortie de cette commune de montagne que Boris Pougnet produit, depuis près de 20 ans, des bières artisanales, partiellement élaborées à partir d'orge local. L'aventure débute dans les années 90. « À l'époque, les brasseries artisanales n'étaient pas encore à la mode, il en existait quelques-unes dans le Nord et en Bretagne, mais ici, rien », se rappelle le biochimiste de formation. Marié à une Ch'ti et lui-même grand amateur de bière, il décide donc de brasser quelques bouteilles, juste pour le plaisir, pour la famille et les amis. Face au succès grandissant de ses potions, l'envie le gagne d'en faire son métier. « Mon oncle était agriculteur ici, à Thorame », rembobine le quadragénaire, « à partir des années 2000, je l'ai aidé à convertir son exploitation en bio, et je lui ai demandé de planter quelques sillons d'orge de brasserie ». Cultivant déjà de l'orge pour animaux, Georges Pougnet n'a pas eu beaucoup de mal à satisfaire cette demande. « À partir de là, on a vraiment commencé à s'amuser, à transformer notre orge en malt et notre malt en bière ». Un processus maîtrisé de A à Z.

RETOUR AUX SOURCES

Seul problème : le financement. Pour convaincre les banques de le suivre dans ce projet un peu fou, Boris Pougnet remonte le fil de l'histoire. « Au début du XX^e siècle, il existait de nombreuses micro-brasseries dans les vallées alpines », détaille l'enfant du pays, « contrairement aux territoires du Luberon, où on pouvait cultiver la vigne, comme sur les coteaux de Pierrevert par exemple, ici, c'était impossible, donc on produisait de la



bière ». Un argument historique qui rassure les banques et permet au brasseur en herbe de décrocher un prêt. En 2005 la toute première bière estampillée « Cordoeil » fait son apparition sur le marché. Une ambrée très aromatique aux saveurs maltées et fruitées, qui titre à 6,5°, couronnée du Fourquet d'Or au concours de Nancy en 2015 et de la Médaille d'Or au concours international de Lyon en 2016. « Aujourd'hui encore, c'est notre best-seller », confirme son inventeur. Depuis 15 ans, la recette est restée inchangée : de l'orge et du houblon bios cultivés au sein de la ferme familiale de Thorame-Basse, de l'eau de source puisée dans les profondeurs de la montagne, non traitée, non chlorée, et la passion intacte du biochimiste. Aujourd'hui, quatorze variétés de bières différentes composent la gamme de la brasserie bas-alpine. Outre l'emblématique Cordoeil Ambrée, on y trouve par exemple la Deuxgrains, à base d'orge et de blé, une blanche légèrement acidulée et très désaltérante, la Fructidor, une IPA à l'amertume bien marquée, aux notes d'agrumes et de fruits exotiques, la Bombasse, une bière de type trappiste, très ronde, aux saveurs de miel et de céréales et à la bouche intense, la Framboise, sans sucre, ni arôme artificiel, concoctée à partir de framboises fraîches ajoutées au brassin pendant le processus de fermentation, l'Anarchiste, une cuvée plus confidentielle de type stout, aux parfums de cacao et de café, etc. Toutes références confondues, ce sont 150 000 litres de bières qui sont désormais brassés chaque année au sein du village.

MALT DE BIÈRE ET MALT DE WHISKY

Outre la bière, Boris Pognet a décidé, il y a 5 ans, de se lancer dans le whisky. « Le point de départ d'un whisky, c'est le même que celui de la bière », justifie le dynamique brasseur, « on prend de l'orge, on le fait malter, on en fait un brassin, que l'on laisse fermenter ». La seule différence, c'est qu'aucun houblon n'entre dans la composition de cette mixture. « En fin de fermentation,





COCA ET LIMO DU HAUT-VERDON

Cette fougue et cette envie d'expérimenter, Boris Pougnet les a aussi investies dans des boissons sans alcool. « C'était une envie qui me trottait dans la tête depuis longtemps ». Pour trouver le cola idéal, il a donc testé des dizaines et des dizaines de recettes, avec du gingembre, de la coriandre, de l'eau de source de Cordoeil et du sirop de sucre de canne bio. « Au final, notre Coca contient 15% de sucre en moins que celui des grandes marques, et tout autant de succès ». Idem pour la limonade, préparée à l'ancienne, toujours avec de l'eau de montagne, du sucre de canne bio et de l'extrait de citron. « C'est une limonade rétro-moderne, aussi bien adaptée aux grands qu'aux petits », selon son insatiable inventeur, qui compte bien continuer de développer la gamme. « On n'est pas à l'abri d'avoir un nouveau soda d'ici quelques années », souffle-t-il. Ou une autre bière. Ou un autre whisky. Ou peut-être même une nouvelle catégorie. Car loin de se reposer sur ses lauriers, Boris Pougnet regorge d'idées et de projets. Dans le secret de son laboratoire situé à 1 200 mètres d'altitudes, l'alchimiste réfléchit déjà aux prochains nectars dont il pourra régaler nos gosiers.

Brasserie Cordoeil

257 grand rue de cordoeil
04170 Thorame-Basse
Tél. : 04 92 83 42 23
www.cordoeil.com



BISTROTS DE PAYS

UN PATRIMOINE À PROTÉGER

Les bistrots de campagne tendent à disparaître. Pour protéger ces lieux de vie si importants pour les habitants, le label Bistrot de Pays a été créé il y a 30 ans dans les Alpes de Haute-Provence.

Par Dorothée Blancheton

Âmes de la France rurale, les bistrots sont un lieu de rendez-vous pour se rencontrer, manger, boire et passer un bon moment. Ils sont parfois l'unique commerce multiservices du village proposant tantôt un dépôt de pain, une épicerie, un point presse, un accès Internet, tantôt un hébergement ou bien encore une cantine scolaire... Paradoxalement, sur les 35 000 cafés et bars qui existent en France (dont 8 900 en zone rurale), 1 000 ferment chaque année. C'est pour soutenir, valoriser et développer ces petits trésors de nos campagnes que le label Bistrot de Pays a vu le jour en 1993 à l'échelle du Pays de Forcalquier Montagne de Lure. Objectif ? Accompagner les bistrots à travers des actions de communication, de formation et de mise en relation. En l'espace de dix ans, le concept gagne huit nouveaux territoires français et la Fédération Nationale des Bistrots de Pays est créée. Soutenue par le Conseil régional et l'Agence Nationale de Cohésion des Territoires, la fédération a pu se développer pour mieux aider ces établissements. D'ailleurs, nombre d'entre eux sont hébergés dans des murs communaux, preuve de la forte implication des élus locaux. Et le mouvement se poursuit. La fédération compte aujourd'hui 140 bistrots labellisés repartis sur 28 départements dont 27 nouveaux en 2022.

DES ÉVÉNEMENTS POUR LES 30 ANS

Cette année, Bistrot de Pays souffle ses 30 bougies. L'occasion de redynamiser sa communication grâce à un nouveau site internet. Chaque bistrot labellisé y est présenté et peut y détailler ses activités. Une manière de se faire connaître auprès d'un plus large public. La fédération aide également les bistrots à proposer des animations pour faire vivre leur village. Deux fois par an, au printemps et à l'automne, des repas-spectacles sont ainsi présentés dans le cadre de Scènes de Bistrots. Cette initiative, mise en œuvre par Arsud et la fédération, est financée par la région Sud Provence-Alpes-Côtes d'Azur et permet aux artistes locaux de se produire dans ces lieux conviviaux sur une quarantaine de dates. Actif, Bistrot de Pays publie également un guide imprimé recensant ces établissements. De quoi permettre aux touristes de faire le tour de ces Bistrots de Pays pour leur bonne petite table de terroir et leur ambiance.

www.bistrotdepays.com



Un projet communal

Jérémie Guillot

Le Cheval Blanc à Marcoux

En 2015, j'étais chef à Briançon quand j'ai entendu parler de l'opportunité de tenir cet établissement créé par l'agglomération et la mairie. Natif de Digne-les-Bains, j'ai foncé car c'était pour moi un retour aux sources et l'occasion de me lancer à mon compte. J'ai reçu un très bon accueil dès le début. J'ai énormément d'habitues et j'adore ça. L'été, j'ai pas mal de touristes, de groupes. Je leur propose une cuisine traditionnelle et l'hiver je fais beaucoup de spécialités montagnardes. Le label est un gage de qualité et c'est un plus car c'est recherché par les gens. Depuis sept ans, le bilan est très positif : j'ai gagné en expérience, je suis devenu le propriétaire du bistrot et sa fréquentation a explosé.



Un bistrot historique

Monique Liboa

Au Bon Accueil à Thorame-Haute

Ça fait 75 ans que le bistrot est dans la famille. Mes parents le tenaient et j'y ai fait toute ma vie. On travaillait ensemble et j'ai continué quand ils sont partis. J'ai toujours aimé le contact, le commerce. C'est une satisfaction d'avoir le label Bistrot de Pays car ça récompense notre travail de génération en génération. Ici c'est familial, on a des produits locaux, on peut boire, manger, jouer à des jeux de société ou regarder la télé dans la salle, et même dormir car on a dix chambres.

Depuis que nous avons le label, ça nous fait bien travailler. Tant que j'ai la santé, je tiendrai mon bistrot car c'est important pour la vie du village d'avoir un commerce.



Une affaire de couple

**Marina Martinez et Vincent Walgenwitz,
Le Lupin Blanc à Revest-des-Brousses**

Vincent est cuisinier et rêvait d'avoir son restaurant, moi j'étais éducatrice spécialisée. Nous avons repris ce bistrot en janvier 2019 après être tombés amoureux de son panorama. Nous proposons une cuisine semi gastronomique et faisons aussi bar et auberge avec deux chambres. Le bistrot avait déjà le label et l'audit du client mystère nous a permis de le garder. Le label nous amène du monde car le bistrot est référencé dans les guides et les offices de tourisme. Nous sommes tenus de faire un certain nombre d'animations par an, parfois elles sont proposées par la fédération et parfois nous en organisons nous-mêmes. Ça fait vivre le village.



ÉCOLE HÔTELIÈRE DE SISTERON

FLEURON DES ÉCOLES DU SUD

Installée au sud de Sisteron au sein du lycée public polyvalent Paul Arène, l'École Hôtelière de Sisteron est devenue un fleuron des écoles hôtelières du sud. La qualité de la formation dispensée a été récompensée dès 2013 par le label « Lycée des Métiers de l'Hôtellerie Restauration des Alpes Provençales ». Rencontre avec Franck Perard, le Directeur Délégué aux formations professionnelles et technologiques.

Par Luc Saint-Élie

L'École Hôtelière de Sisteron est relativement jeune. Elle est née il y a 50 ans à la suite de l'initiative de la proviseure de l'époque, Madame Poggi, qui ouvre un CAP. Même si Sisteron est déjà à l'époque une ville touristique, le pari est assez improbable car la ville possède un tissu hôtelier assez limité. Au cours des années suivantes, à force de travail, le petit établissement arrive à se forger une belle réputation qui grandit rapidement grâce à une forte implantation régionale et à ses participations à diverses manifestations. Le lycée organise par exemple le concours des Meilleurs Pieds et Paquets, une spécialité typique. Aujourd'hui, après avoir bénéficié d'un investissement important de la région, l'École Hôtelière, installée sur 2 000 m², comprend trois cuisines pédagogiques, deux chambres d'hôtel d'apprentissage, six salles de cours, une salle de dégustation œnologique et deux restaurants d'application haut de gamme. La gamme des enseignements couvre tous les métiers de l'hôtellerie-restauration depuis le CAP jusqu'au Bac+2 avec deux CAP (cuisine et service), deux Bac Professionnels (cuisine et service), un Bac Sciences et Technologie de l'Hôtellerie et Restauration, un BTS Management en Hôtellerie et Restauration (options A, B et C), un Bachelor en Hôtellerie et deux Mentions complémentaires, une de Cuisinier en desserts de restaurant et une en Cuisine allégée. Environ 300 élèves sont formés chaque année à l'école hôtelière. Environ 50% des étudiants sont originaires de la région Sud Provence-

Alpes Côte d'Azur, (principalement des Alpes de Haute-Provence, des Hautes-Alpes, des Bouches du Rhône et du Vaucluse). L'école dispose aussi d'un internat important de 150 places. À la sortie, les élèves partent souvent à l'étranger, au Canada, en Chine... Ce qui contribue largement au rayonnement de l'établissement. Fait nouveau depuis 4/5 ans, la quasi-totalité des restaurants ayant été repris à Sisteron le sont par, ou avec, des chefs issus de l'école. Incidemment, cela a contribué à résoudre un problème d'offre de restauration qu'a pu connaître la ville par le passé.

LES RESTAURANTS D'APPLICATION

Le lycée possède un très bel outil avec deux restaurants d'application ouverts au public. Ces restaurants sont indispensables à la formation des élèves. Parce que la cuisine et le service ne peuvent pas se contenter de théorie, l'école place ses élèves en situation réelle. Le premier, Le Procope, est une brasserie ; le second, Le Jean des Figues, est un restaurant gastronomique. Tous deux sont très bien insérés dans la vie locale. Le système de réservation étant informatisé, les clients peuvent réserver en ligne comme avec n'importe quel restaurant. L'école est très vigilante à respecter une balance avec les restaurateurs locaux, mais la plupart de ces derniers étant d'anciens élèves, ils comprennent facilement l'intérêt de ces restaurants d'application. Ainsi, les rapports sont facilités.



UN ENSEIGNEMENT GÉNÉRALISTE DE QUALITÉ

L'approche globale de la gastronomie pratiquée à l'école se retrouve dans la cuisine qui y est enseignée. Le programme est national et l'école n'a pas une vocation particulière à se concentrer exclusivement sur la cuisine provençale. Comme le souligne Franck Perard, Directeur Délégué aux formations professionnelles et technologiques, « nous ne raisonnons pas en termes géographiques. L'enseignement aborde toutes les cuisines que ce soit sur un plan géographique ou sur celui du type d'établissement. Par exemple, nous avons un restaurant d'application gastronomique mais nous faisons aussi du food truck. Les élèves apprennent toutes les disciplines qu'ils sont susceptibles de rencontrer au cours de leur carrière à venir. Il y a bien sûr des spécialités mais nous essayons de nous arc-bouter sur ce qui a fait la réputation des lycées hôteliers jusqu'aux années 80/90, c'est-à-dire le goût du travail bien fait, la pratique professionnelle, la cuisine gastronomique et surtout la rigueur ». Le dernier critère, la rigueur, se vérifie jusque dans l'aspect vestimentaire. Les élèves doivent avoir une tenue impeccable et porter un costume durant tous les cours. Monsieur Perard poursuit : « dans la région, le produit emblématique est l'agneau de Sisteron qui bénéficie d'un double label. Extrêmement réputé, il a longtemps été servi à la table de la Reine d'Angleterre ! Nous enseignons la cuisine provençale autour de l'agneau de Sisteron mais aussi de la truffe, du miel, de l'amande... Sans oublier l'olive, un produit phare qui peut être décliné sous un grand nombre de formes, huile, tapenade... Comme la truffe. D'ailleurs, nous avons plusieurs élèves dont les parents cultivent la truffe. S'il fallait absolument citer un plat emblématique, on peut parler des Pieds et Paquets, des tripes à base d'agneau, une institution ici. Ce n'est pas quelque chose que nous enseignons dans les lycées hôteliers, mais nous avons organisé pendant des années un concours sur les meilleurs Pieds et Paquets cuisinés. Nous avons jusqu'à 40 personnes qui apportaient leurs réalisations et attendaient fébrilement les résultats ! » Le lycée hôtelier maintient des liens étroits avec ses équivalents de Marseille et Nice. S'il dispense un enseignement délibérément global, il travaille beaucoup avec les producteurs de la région. « Nous nous tournons de plus en plus vers des produits

bio », explique Monsieur Perard, avant d'ajouter : « nous devons montrer à nos élèves la réalité du marché et comme nous avons la chance d'être dans un environnement très agricole, nous avons une dynamique autour des circuits courts. Sur tous les produits laitiers nous travaillons en bio et la bascule est en cours sur la farine, le sucre... Nous sommes en circuits courts sur les légumes à chaque fois que c'est possible. C'est d'autant plus important que le retour vers le bio et les circuits courts a du sens sur un plan pédagogique certes, mais aussi sur le plan professionnel. Les jeunes que nous formons vont mettre en pratique ce qu'ils ont appris pendant leur vie professionnelle. Ce qu'ils apprennent à l'école c'est ce qu'ils travailleront pendant les décennies à venir. »

UNE ÉCOLE OUVERTE SUR L'EXTÉRIEUR

Le Lycée Hôtelier, qui forme donc les chefs des restaurants locaux, entretient des liens étroits avec le milieu professionnel sisteronais et à ce titre, la « Semaine des chefs » est devenue depuis quelques années un rendez-vous incontournable au restaurant Jean des Figues. Une semaine pendant laquelle, aux fourneaux ou en salle, les étudiants officient sous la houlette de chefs invités. Cette semaine leur permet de bénéficier d'une expérience « terrain » encore plus poussée que celle des cours et de croiser certains des anciens de l'école ayant monté leur propre affaire. C'est, bien entendu, une source de motivation sans égale. Cette année ont défilé au Jean des Figues, Christophe Pulizzi de « L'Olivier » à Pertuis, Charly Renom de « l'Oppidum » à Sisteron, Joan Sampietro, le chef du restaurant « Il était une fois », sans oublier Bernard Loiseau, Alain Ducasse, Jany Gleize et enfin Jérémie Fortin des « Jardins du Quai » à L'Isle sur Sorgue. Dans le même ordre d'idée, mais dans un style différent, les élèves de première Bac STHR ont participé aux vendanges et au pressage au Domaine des Bergeries sur la commune de Châteauneuf-Val-Saint-Donat. Une belle occasion de découvrir in situ le monde des vins !

École Hôtelière de Sisteron

13 Avenue du Stade, 04200 Sisteron

Tél. : 04 92 61 32 93 - www.ecolehotelieresisteron.fr



INVITATION À LA DÉTENTE À LA BASTIDE SAINT-GEORGES

Idéalement située dans le Parc naturel régional du Luberon, à quelques kilomètres du pittoresque village de Forcalquier sur un domaine arboré de plus de trois hectares, la Bastide Saint-Georges est l'adresse de charme pour se ressourcer et découvrir les trésors de la Haute Provence, ses petits villages pittoresques, ses champs de lavande et explorer les spectaculaires Gorges du Verdon. Avec son atmosphère chic et décontractée, la Bastide Saint-Georges offre la promesse d'un séjour inoubliable.

Par Sylvie Heullant - Photos : Rémy Cortin

UN LIEU DÉDIÉ À L'ART DE VIVRE

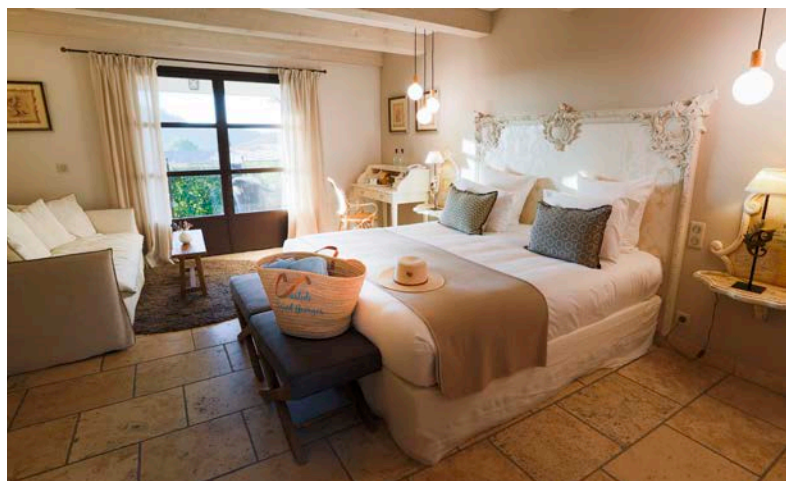
Entourée d'un vaste jardin méditerranéen planté d'oliviers centenaires et de rosiers blancs, la Bastide Saint-Georges incarne l'art de vivre en Provence. Une attention toute particulière a été apportée à la décoration, qui allie avec élégance l'esprit de la Provence et les nouvelles tendances. L'utilisation de matériaux nobles, pierres, bois, lin confère au lieu une atmosphère chaleureuse et cosy où luxe et discrétion s'associent en parfaite harmonie. Georges et Virginia Sanchez, hôteliers passionnés, cultivent l'art de recevoir et insufflent à la Bastide l'âme d'une grande maison de famille où il fait bon séjourner et se relaxer. Tout ici appelle à la détente et à la sérénité ! Les propriétaires ont même fait appel à un expert Feng Shui pour étudier l'orientation des bâtiments, la circulation de l'eau dans les bassins et piscines et le cheminement piéton dans la propriété.

CONFORT ET BIEN-ÊTRE

Les 29 chambres et suites confortables et spacieuses à la décoration unique et raffinée s'ouvrent chacune sur une terrasse privée donnant sur les jardins. Quatre d'entre elles disposent même d'un petit jardin et d'une piscine privés. Le Spa, équipé d'un hammam, d'un jacuzzi, d'une salle de massages et de soins et d'un bassin chauffé ainsi que la grande piscine extérieure, chauffée de mai à fin septembre, sont autant d'invitations à la relaxation. Tous les soins sont réalisés avec les produits naturels et biologiques Omnisens.

PLAISIR DES PAPILLES

Au dîner, sur la terrasse couverte du restaurant Casa Gia ou dans sa belle salle à la décoration contemporaine, vous vous régalez de la savoureuse cuisine méditerranéenne aux accents italiens



du chef Matteo Braschi, élaborée au fil des saisons à partir de produits frais de qualité. En été, la soirée barbecue hebdomadaire est l'occasion de déguster des viandes d'exception dans une ambiance conviviale. Pour profiter encore d'avantage de la magie des lieux, quoi de mieux qu'un cocktail servi au coucher du soleil au bar lounge installé dans les magnifiques jardins avec pour spectacle les collines du Luberon ! En période estivale, un service de restauration légère est proposé sur la terrasse surplombant la piscine. Le petit-déjeuner, servi sous forme de buffet, propose une très belle sélection de produits majoritairement bio, artisanaux et locaux. Un service de boissons est assuré toute la journée autour de la piscine.

UN CADRE DE TRAVAIL EXCEPTIONNEL

Pour vos réunions, la grande salle de restaurant modulable se transforme en salle de séminaire et accueille vos séances de travail dans un cadre privilégié. La totalité de l'établissement peut être privatisé pour des événements, lancements de produits, mariages... et offre la possibilité de louer 11 villas adjacentes dont la plupart ont leur propre piscine privée.

Hôtel 4* & Spa La Bastide Saint-Georges

Route de Banon, 04300 Forcalquier

Tél. : 04 92 75 72 80 - info@bastidesaintgeorges.com

Ouvert de mi mars à mi novembre



LES MARCHÉS DES ALPES DE HAUTE-PROVENCE

Tout au long de l'année, retrouvez les magnifiques étals des marchés des Alpes de Haute-Provence pour découvrir les arômes, senteurs, saveurs, produits et spécialités du terroir...

ALLEMAGNE-EN-PROVENCE
Jeudi matin en période estivale

AIGLUN - Marché bio
Mardi après-midi

ALLOS
Mercredi matin et jeudi matin

ANNOT - Mardi matin

BANON - Mardi et samedi matin

BARCELONNETTE
Mercredi et samedi matin

BRAS D'ASSE - Marché bio
Vendredi après-midi

CASTELLANE
Mercredi et samedi matin

CÉRESTE - Jeudi matin

CHÂTEAU-ARNOUX
Marché bio
Jeudi après-midi

SAINT-AUBAN
Dimanche matin

CLAMENSANE
Mardi matin en période estivale

COLMARS-LES-ALPES
Mardi et vendredi matin

CORBIÈRES - Vendredi matin

CRUIS - Samedi matin



MALIJAI - Jeudi matin

MANOSQUE
Samedi matin
Marché vert
Mercredi matin

MONTAGNAC MONTPEZAT
Vendredi matin
Marché aux truffes
Du mois de novembre au 3^e dimanche du mois de mars

MONTCLAR
Marché en saison
Dimanche matin

MOUSTIERS-SAINTE-MARIE
Vendredi matin

ORAISON - Mardi matin
Marché des producteurs
Samedi matin

LA PALUD-SUR-VERDON
Dimanche matin

PEYRUIS
Vendredi matin

PIERRERUE
Marché des fermiers locaux
Samedi matin

PIERREVERT - Marché vert
Dimanche matin

QUINSON
Vendredi matin

DIGNE-LES-BAINS
Marché Provençal*
Mercredi et samedi matin

ENTREVAUX - Vendredi matin

ESPARRON-DE-VERDON
Mardi et vendredi matin

FORCALQUIER
Marché alimentaire
Lundi matin
Marché de producteurs bio
jeudi après-midi

GRÉOUX-LES-BAINS
Mardi matin et jeudi matin

Marché bio
Vendredi après-midi en juillet et août

JAUSIERS
Dimanche matin en juillet et août

LA BRILLANNE
Lundi matin et vendredi après-midi

LA PALUD SUR VERDON
Dimanche

LE VERNET - Samedi matin

LES MÉES
Mardi et vendredi matin

LES THUILES
Lundi matin en juillet et août

MANE - Dimanche matin



À NE PAS MANQUER

FÊTE DE LA TRUFFE

Mane

Février

SALON DES VINS ET DE LA GASTRONOMIE

Manosque

31 mars, 1^{er} et 2 avril

FÊTE DE L'AGNEAU PASCAL

Digne-les-Bains

Avril

FÊTE DU FROMAGE

Banon

Mi-mai

FÊTE DÉPARTEMENTALE DE L'OLIVIER

Mai

FÊTE DE L'AGNEAU DE SISTERON

Sisteron

Mai

FÊTE DE LA TRANSHUMANCE

Castellane, Jausiers et Riez

Mi-juin

ROSÉ DAY

Pierrevert

4^e vendredi du mois de juin

FÊTE DE LA SAINT-MICHEL

Saint Michel l'Observatoire

25 juin

FÊTE PROVENÇALE

Gréoux-les-Bains

Mi-juillet

COOKSOUND FESTIVAL

Forcalquier

Mi-juillet

FÊTE DE LA LAVANDE

Valensole et Barrême

Juillet

CORSO DE LA LAVANDE

Digne-les-Bains

Début août

FÊTE DU BLÉ

Riez

3^e dimanche d'août

JOURNÉE DE L'OLIVE, DE L'AMANDE ET DE LA PISTACHE

Valensole

Fin août

FOIRE AGRICOLE

Saint André

Septembre

FÊTE DE L'AMANDE

Oraison

Octobre

FÊTE DE LA CHÂTAIGNE

Revest-du-Bion

Octobre

FOIRE DE LA POIRE SARTEAU

Draix et à la Javie

Octobre et Novembre

FÊTE DE LA CHÂTAIGNE

Le Fugeret

Novembre

ART ET VIN

Alpes de Haute-Provence

Dans les Domaines
et les châteaux

22 octobre au 12 novembre

REILLANNE

Jeudi et dimanche matin

REVEST-DU-BION

Vendredi matin

RIEZ

Mercredi et samedi matin

Jeudi soir en juillet et août

Marché aux truffes

Mercredi matin

de décembre à février

ROUMOULES

Jeudi après-midi

SAINT-ANDRÉ-LES-ALPES

Mercredi et samedi matin

SAINT-ETIENNE-LES-ORGUES

Mercredi matin

SAINT-MAIME

Vendredi après-midi

SAINT-MARTIN-DE-BRÔMES

Lundi matin

SAINTE-CROIX-DU-VERDON

Mardi matin

SAINTE-TULLE - Mercredi matin

SAUMANE - Jeudi après-midi

SEYNE-LES-ALPES

Mardi et vendredi matin

SISTERON

Mercredi et samedi matin

THOARD

Dimanche matin

de juin à septembre

VALENSOLE

Mercredi et samedi matin

VILLENEUVE

Dimanche matin

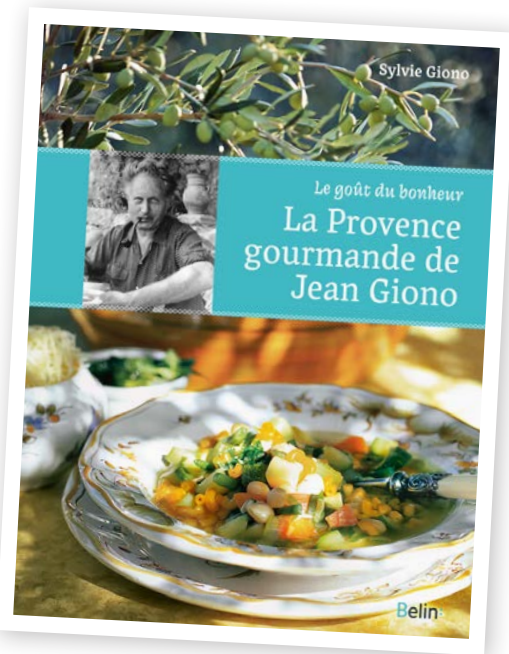
VOLONNE - Vendredi matin

VOLX

Mardi matin



© Xavier Delcroix



SYLVIE DURBET-GIONO

Fille cadette de l'écrivain, Sylvie Giono a publié en 2013 un ouvrage plein de charme « La Provence Gourmande de Jean Giono » aux Éditions Belin. À la fois livre de recettes et biographie familiale, illustré de nombreuses photos, ce livre le lecteur, non sans humour, dans l'intimité des rites gourmands et amicaux de sa famille. Le tout baignant dans une atmosphère que traduit particulièrement bien le sur-titre de l'ouvrage : « Le Goût du Bonheur ».

Par Luc Saint-Elie

Comment vous est venue l'idée d'écrire un livre sur la cuisine de votre père ?

En relisant les œuvres de mon père, je me suis rendu compte que dans tous ses romans il parlait de cuisine et régulièrement il donnait même des recettes, certaines plus ou moins fantaisistes d'ailleurs ! Dans ces ouvrages, mon père parle beaucoup de nourriture, on sent bien que c'est quelque chose qui l'intéressait et que c'était un gourmand ! Ainsi, en retrouvant des recettes dans ses livres, j'ai eu envie de faire un livre de recettes provençales et familiales.

Lors de la sortie de votre livre, Bernard Pivot avait écrit une chronique pour dénier le qualificatif de gourmand à Giono, affirmant que c'était un gourmet. Êtes-vous d'accord avec cela ?

Non c'est gentil, mais inexact. Mon père n'était pas un gourmet, il n'aimait pas forcément les plats très raffinés. C'était vraiment un gourmand de plats locaux, traditionnels, ceux qui l'ont nourri toute sa vie. Il aimait les plats très simples, provençaux, un peu roboratifs quelque fois. Il n'aimait pas les choses sophistiquées. Il aimait par exemple la daube, les pieds paquets, les choux farcis... Des recettes simples issues d'une cuisine très paysanne et très provençale. Il s'étiquetait comme « voyageur immobile ». On peut dire aussi que c'était un « mangeur immobile », il était habitué à la cuisine de son enfance, faite d'abord par sa mère puis par sa femme.

Lui arrivait-il de cuisiner ?

Non, il a fait quelques tentatives mais la cuisine était notre domaine à nous, ma mère, ma sœur et moi et nous l'avons à chaque fois prié de remonter dans son bureau s'occuper de littérature.

Cette cuisine était réservée au cercle familial ou bien partagée ?

La maison du Paradis, sa maison de famille, était une maison ouverte. Beaucoup de gens venaient déjeuner à la maison mais ma mère ne faisait pas une cuisine spéciale. Les gens partageaient notre repas tout simplement.

Quels étaient ses plats ou ses produits favoris ?

Il avait plusieurs plats favoris, cela dépendait des saisons. À l'époque, nous mangions en fonction des saisons. Ce n'était pas comme aujourd'hui, où on peut manger de la tomate en décembre ! Puisque nous approchons de la période de Noël, il aimait l'huile d'olive de nos vergers, il allait la chercher et il avait une recette très simple qu'on appelait les « œufs à la Giono ». Le jour où l'huile d'olive arrivait à la maison, le soir, mon père demandait à maman de lui faire des œufs pochés, qu'il cassait dans son assiette et arrosait abondamment d'huile d'olive nouvelle, avec peu de sel mais beaucoup de poivre. Si c'était possible, il ajoutait de larges lamelles de truffe dessus. C'était tout simple, mais délicieux ! Ce que mon père aimait par-dessus tout l'hiver, c'était la daube. Il en a beaucoup parlé dans ses livres, il a décrit la recette en ajoutant un ingrédient fantaisiste : « ajoutez un peu de renard pour le fumet », disait-il. Plus sérieusement, il adorait cette daube provençale, simple, très parfumée avec beaucoup d'herbes des collines, le thym, le laurier, le genièvre... Tout ce qu'on pouvait y trouver. Il aimait les abats, les rognons, le foie, les ris de veau, la cervelle, les tripes, les pieds paquets... Il a d'ailleurs souffert de cette cuisine très riche et a fini par contracter la goutte qui, malheureusement pour lui, ne se situait pas au pied mais au pouce de la main droite, un comble pour un écrivain. Quand il avait une crise de goutte, il appelait ça une « crise d'injustice aigüe ».

TERRITOIRE DE PROVENCE

DÉCOUVREZ UN ITINÉRAIRE INÉDIT EN PROVENCE
ENTRE NOS MANUFACTURES ENGAGÉES !



Découvrez nos six maisons sur :
www.territoire-provence.com

BISCUITERIE DE FORCALQUIER - CARAMÉLERIE DE MANE - CONFISERIE LEBLANC BANON
ÉCOMUSÉE L'OLIVIER VOLX - MAISON BRÉMOND 1830 ROUSSILLON - LE ROY RENÉ AIX

MUSÉE DE PRÉHISTOIRE DES GORGES DU VERDON



Musée de Préhistoire
des gorges du Verdon

Rendez-vous à partir du 1^{er} février 2023 pour découvrir l'exposition
Néolithique. Les villages de Chalain & Clairvaux, patrimoine de l'humanité

www.museeprehistoire.com

TERRE D'HISTOIRE ET DE CULTURE ALPES DE HAUTE-PROVENCE

SALAGON MUSÉE ET JARDINS



Musée et Jardins
Salagon

Exposition exceptionnelle
L'Olivier, notre arbre du 25 mai 2023 au 15 décembre 2024

www.musee-de-salagon.com

**ALPES DE HAUTE
PROVENCE**
LE DÉPARTEMENT

www.alpes-haute-provence.com

irresistible
ALPES DE HAUTE PROVENCE