

la Gazette

le mag de l'authentique et du coopératif

Idées gourmandes

le fromage de brebis
s'invite à votre table.

CONSEIL CONSO

Quand vient le temps
des cerises...

SORTIE NATURE

Fêtes de la
Transhumance
en Aubrac.

RENCONTRE AVEC PIERRE DE LA FERME

La Borie de Cabrol

DU MOIS Produit

Le Veau d'Aveyron
et du Ségala, une
saveur unique



Edito

L'été arrive !

Avec les beaux jours, les contreforts du Massif central dévoilent leurs charmes estivaux et enchantent les papilles ; cerises de Millau, melons du Lot, pêches et nectarines du Tarn-et-Garonne, autant de fruits gorgés de soleil pour se régaler tout en gardant la forme.

Pour que l'été rime avec convivialité, Les Halles de l'Aveyron vous proposent également une sélection de viandes idéales pour les barbecues. Nos saucisses et grillades proviennent des fermes de nos paysans coopérateurs et séduiront les amateurs de viande de qualité. Un rosé AOC Marcillac ou un ratafia bien frais de la cave Les Vignerons du Vallon, à déguster avec modération, viendront rafraîchir les après-midis les plus chauds.

Et pour que cet été soit inoubliable, voilà notre conseil. Prenez la A71 et dépassez Clermont Ferrand. Du Lot à la Lozère et du Cantal au Tarn en passant par l'Aveyron, vous découvrirez alors un trésor. Ce trésor c'est un territoire au relief contrasté, une nature préservée, de petits villages médiévaux à nulle autre pareille...et des produits fermiers qui font la fierté de la gastronomie française. Bienvenue sur les contreforts du Massif central !



*Des idées de promenade,
de quoi se régaler, une
rencontre avec un paysan...
et la promesse d'un été
gourmand et nature.*

Sommaire



RENCONTRE P. 4 et 5

A La Borie de Cabrol, la fierté d'élever
des Veaux d'Aveyron & du Ségala.

DU MOIS *Produit* P. 6 et 7

Le Veau d'Aveyron et du Ségala,
une saveur unique.

Sortie Nature P. 8 et 9

Fêtes de la Transhumance en Aubrac.
Une tradition rurale & agricole bien
vivante.

Conseil conso P.10

Quand vient le temps des cerises...

Idées gourmandes P.11

Le fromage de brebis.





"L'élevage des Veaux d'Aveyron & du Ségala est une production ancestrale caractéristique des traditions agricoles locales. En nous fédérant, nous avons écrit le cahier des charges de notre production et explicité notre savoir-faire".

La fierté de Pierre est d'avoir fait partie des pionniers qui ont lancé la démarche qualité au sein de l'Interprofession Régionale du Veau d'Aveyron en 1989. "Aujourd'hui, au sein de la coopérative UNICOR dans laquelle je suis impliqué, nous fédérerons 150 éleveurs. Nous pouvons aller au bout de notre démarche de producteurs en valorisant le fruit de notre travail directement auprès du consommateur. On se soucie de ce que devient notre produit, de comment il est perçu par les clients. C'est valorisant surtout lorsqu'on fait des animations en magasins et que les clients nous félicitent pour la qualité de nos viandes".

Cette passion, Pierre et son épouse Marie-Pierre l'ont transmise à leurs enfants Clémence 21 ans, Antony 19 ans et Estelle 15 ans qui ont choisi de poursuivre des études agricoles afin de pourquoi pas, un jour, rejoindre l'exploitation familiale. La belle histoire continue...

"L'engagement dans ma coopérative est pour moi un plaisir. C'est certes du temps, mais c'est tellement valorisant car nous contribuons collectivement à la vie de notre territoire, à la défense d'un mode de vie rural et à la promotion de nos savoir-faire."

Pierre Cabrit



RENCONTRE

A La Borie de Cabrol, la fierté d'élever des Veaux d'Aveyron & du Ségala.

Pierre CABRIT est installé avec son épouse Marie-Pierre depuis 1991 sur l'exploitation de ses parents à la Borie de Cabrol, à Sainte Croix. À 12 km de la bastide de Villefranche de Rouergue, leur ferme est typique des plateaux de l'ouest Aveyron, avec un corps de ferme construit de belles pierres calcaires. Ensemble, ils élèvent des vaches limousines dont les veaux sont exclusivement destinés à la filière de Veaux d'Aveyron et du Ségala. Ils gavent également des canards de barbarie selon les méthodes traditionnelles.



*“ J'ai le sentiment
d'apporter une
pierre à la vie de
notre territoire ”*

DU MOIS Produit

Le Veau d'Aveyron et du Ségala, une saveur unique

De l'Aveyron au Lot en passant par le Cantal ou encore le Tarn et le Tarn et Garonne, c'est sur un territoire exceptionnel appelé le Ségala que des centaines de familles d'éleveurs préservent la tradition et le savoir-faire du Veau d'Aveyron et du Ségala.

Né et élevé dans de spacieuses étables paillées selon une méthode ancestrale encadrée par un Label Rouge et une Indication Géographique Protégée, ce veau fermier bénéficie d'un confort et d'un bien-être optimaux.

Chaque matin et chaque soir, les veaux têtent au pis de leur mère. Pour leur assurer une alimentation équilibrée et conforme à leurs besoins naturels, ils reçoivent un complément en fourrages et en céréales. Cette méthode d'élevage, sans aucune

privation, confère à la viande un goût exceptionnel et cette couleur rosée unique et typique du Veau d'Aveyron et du Ségala.

Les mères sont des vaches de races traditionnelles allaitantes, de qualité bouchère (Limousine, Blonde d'Aquitaine). A la belle saison, elles pâturent librement sur les collines du Ségala puis passent l'hiver à l'abri, dans les étables, nourries au foin.

Parlons cuisine !

A la cuisson, ce veau garde sa consistance et son volume. Idéalement il est servi rosé. Grillé, rôti, poêlé, en sauce, en fondue ou à la broche... il se cuisine de mille façons !





*Le Veau d'Aveyron & du Ségala boit le lait de sa mère matin et soir,
et se nourrit en journée de fourrages et de céréales. C'est ce qui donne
à sa viande une saveur unique et une couleur rosée inimitable.*



"On marche sans danger mais non sans fatigue dans ces pâturages gras et mous, sous lesquels chuchotent au printemps des ruisselets perdus sous la tourbe. Ces énormes étendues sans abri, mais largement ondulées, quelques fois jetées en pente douce jusqu'au sommet des grandes montagnes d'autrefois... ont un caractère particulier de mélancolie rêveuse."

George Sand évoquant l'Aubrac

Sortie Nature



Fêtes de la Transhumance en Aubrac...une tradition rurale & agricole bien vivante.

Fin Mai, les petits villages de l'Aubrac sortent de leur silence...le son des cloches des troupeaux en transhumance résonne sur le plateau et semble saluer la nature et le printemps.

Fête populaire qui exprime avec force l'identité de l'Aubrac, la transhumance qui signifie « changer de terre » est également une nécessité agricole et écologique. Elle incarne une agriculture rythmée par les saisons et contribue à la préservation de la biodiversité.

Grâce à ce rendez-vous annuel, hommes et bêtes s'accordent un moment de fête. Les vaches décorées de houx, de fleurs et de sonnailles empruntent les drailles, ces chemins ancestraux tracés entre taillis et buissons et permettant de rejoindre les estives. Là-haut, à plus de 800 mètres d'altitude, les bêtes profiteront jusqu'en octobre d'herbages de qualité, riches d'une flore de montagne unique. C'est ce mode d'élevage traditionnel qui garantit à la viande d'Aubrac sa qualité exceptionnelle.



En accompagnant les troupeaux lors d'une magnifique balade ou tout simplement en les regardant défiler, cette migration festive permet de comprendre le travail des éleveurs et de découvrir des paysages sublimes et un environnement préservé.

Vestiges de pierre de cette tradition, les burons témoignent ce que furent les transhumances de jadis lorsque les paysans vivaient aux cotés de leurs bêtes tout le temps de l'estive. Aujourd'hui, ils accueillent les visiteurs pour un aligot et une saucisse cuite à la cheminée. De quoi ponctuer une belle journée par une note gourmande.

Quand vient le temps des cerises...



Conseil Conso

Dans la Haute Vallée du Tarn, en cette saison sur les coteaux d'Aguessac près de Millau, les vergers de cerisiers donnent le meilleur de leur terroir.



Le saviez-vous ?

La cerise est un fruit aux multiples propriétés : dépurative, anti-inflammatoire, diurétique, anti-cancérogène, reconstituante et minéralisante... D'autres de ses propriétés gagnent à être connues !

- Les personnes soumises à l'odeur de cerise sont plus productives de 15% ! Selon une étude menée à Chicago, son odeur favorise la détente et une meilleure concentration.
- Mieux que l'aspirine ! Selon une recherche de l'université de l'État du Michigan, les cerises seraient 10 fois plus efficaces que l'aspirine pour réduire l'inflammation des tissus qui causent les maux de tête.
- La cerise est également très riche en mélatonine, une hormone qui contribue à régulariser le cycle du sommeil. Les personnes souffrant d'insomnie auraient donc tout intérêt à la consommer une ou deux heures avant le coucher.

Pour en savoir plus sur la cerise de la Vallée du Tarn, visitez la Maison de la cerise à Paulhe.
www.maison-de-la-cerise.asso.fr

Idées Gourmandes



Le fromage de brebis

La tradition pastorale a façonné les paysages de la région. Sentiers de transhumance, caselles de pierre, jasses et lavognes sont autant de témoignages de la présence ancestrale des bergers et des brebis en Aveyron et dans les départements limitrophes.

Il n'est donc pas surprenant que les fromages de brebis figurent en bonne place sur les tables de la région. Le Roquefort est incontestablement le plus célèbre d'entre eux. Fabriqué à base de lait cru de brebis, il est affiné dans les caves naturelles de Roquefort-sur-Soulzon. Selon la légende, c'est un jeune pâtre amoureux qui, suivant une bergère, aurait oublié son pain et son fromage dans une grotte pendant plusieurs jours donnant ainsi naissance au Roquefort. Les Halles de l'Aveyron vous proposent les Roqueforts de nombreuses fromageries telles que La Pastourelle, Vieux Berger, Vernières, Gabriel Coulet ou encore Papillon et Société.

Fromage bleu à pâte persillée, le Bleu des Causses est certes moins connu que son illustre cousin mais tout aussi apprécié des connaisseurs. Depuis 1953 il est d'ailleurs protégé par une AOC.

Petit fromage rond à pâte molle, d'une généreuse couleur crème, le Pérail est issu des traditions populaires du Causse et ses origines sont aussi anciennes que la vie pastorale. Oublié, ce fromage doit sa renaissance à l'acharnement de quelques passionnés. En bouche, le Pérail se révèle fondant, doux et légèrement salé.



Avez-vous déjà osé le mélange des saveurs cerises & fromage de brebis ?

Qu'elle soit nature ou en confiture, osez la saveur sucrée de la cerise associée au caractère d'un fromage de brebis tels qu'un Pérail du Larzac ou bien La Marotte...

Un pur régal !

Les Halles de l'Aveyron

Retrouvez aux Halles de l'Aveyron une sélection de produits fermiers issus des filières de qualité de l'agriculture des contreforts du Massif central. Nos paysans coopérateurs sont fiers de vous proposer le meilleur de leur ferme.



Coopératif & authentique

Rodez

Boulevard des Balquières
12850 Onet le Château
T. 05 65 67 88 50

Herblay

1, rue Paul Signac
(Avenue de la libération)
95220 Herblay
T. 01 30 40 20 20

AVEYRON
VIVRE VRAI

www.leshallesdelaveyron.com



UNICOR est une coopérative historiquement implantée en Aveyron et qui rayonne aujourd'hui sur tout le sud du Massif central. Au travers de son enseigne Les Halles de l'Aveyron, la coopérative UNICOR met en vente en circuit court collectif les productions agricoles de ses adhérents à des prix justes pour les paysans comme pour les consommateurs.