

Votre journal  
hebdomadaire  
**inclus !**

# Papilles en fêtes

Manger bon  
à petit prix !

2 € - N°3954 - Du 09 au 15 décembre 2022





Avec le  
**Département,**  
goûtez toutes  
les saveurs du

*Pays Catalan  
et du Fenouillèdes !*



leDépartement66.fr

# L'ÉDITO

de Barboufat

## Cuisiner bon sans se ruiner, c'est possible!

**N**ous sommes peut-être fauchés mais nous restons dignes. Nous ne tomberons pas dans la spirale de la malbouffe : pas de sous, pas de bonne bouffe... non, non et non ! Par les temps qui courent, j'ai envie de donner quelques modestes conseils pour maîtriser son budget alimentaire : réponse à la fois politique, humaine et environnementale.

Revenir aux fourneaux et délaissier les plats tout prêts, se passer des aliments qui viennent de l'autre bout de la planète et explorer les produits locaux de saison, adopter un comportement alimentaire "sage" qui ressemble à celui de nos aïeux du temps où on ne vivait pas dans une société de consommation et de gaspillage. J'ai envie de dire merci à la "crise" qui nous oblige à réfléchir pour renouer avec une cuisine utile, saine, agréable et modeste. Sachons faire la part des bonnes choses à moindre coût. Barboufat vous donne quelques idées pour changer dans ce sens...

### Acheter local et de saison

Acheter les fruits et légumes à un jardinier local ou la viande à un éleveur catalan est l'assurance d'avoir des produits très frais cultivés et élevés ici et non sous des tunnels plastiques ou des giga-fermes à l'autre bout de l'Europe. Les circuits courts, c'est bon pour la planète et le climat.

### Cuisiner à la maison

Remplacer les plats préemballés ou la restauration rapide par des recettes faites maison, c'est bien moins cher et plus sain.

### Comparer les prix

Comparer les prix et rechercher les offres promotionnelles vous aidera à mieux acheter sans dépenser une fortune.

### Bien conserver les aliments

Profiter des récoltes abondantes de fruits et légumes ou des promotions sur les viandes pour faire vos plats préparés en conserves, sous vide ou en barquettes congelées.

### Manger moins de viande

Manger de la viande est resté longtemps une marque de réussite sociale. Le retour de baton est rude : notre santé est en danger. Alors que faire ? Pas s'abstenir complètement bien sûr, mais choisir plutôt de la volaille, moins chère. Et surtout, choisir des légumineuses (pois chiches, haricots, lentilles, fèves) ou des céréales (riz, quinoa, épautre, maïs) qui apportent tous les bienfaits !

### Boire de l'eau !

Buvez de l'eau du robinet ! Elle est mille fois moins chère qu'en bouteille plastique et vous y gagnerez en santé car vous n'avalerez pas de méchantes particules...

## Sommaire

★ p.4

Mieux manger à petit prix

★ p.5

Santé, alimentation naturelle

★ p.6

Plantes sauvages comestibles & coscoll

★ p.7

Un "coup d' pouce" alimentaire

★ p.8 à 11

Nos goûts d'enfance

★ p.12

O' vrac  
épicerie coopérative et participative

★ p.13

Miam c'est bon !

★ p.14

Quand la musique éveille  
nos mémoires

★ p.15

Nourrir l'avenir

★ p.16 à 19

Les recettes de Barboufat

★ p.20 à 23

Caveau catalan 2022





### Comment s'est constituée l'AMAP de la plaine de l'Agly ?



Christian, moi et une tierce personne sommes à l'origine de l'AMAPPA, l'AMAP de la Plaine de l'Agly. Notre objectif était d'installer des jeunes sur les terres en friches de la plaine de l'Agly productives et irriguées, de faire du lien entre Latour de France, Estagel et Montner et de créer une dynamique locale autour de la préservation de l'environnement. Suite à différents contacts et visites avec l'Amap de Pézilla-la-Rivière, un groupe d'une douzaine de personnes décide de se retrouver pour concrétiser l'action. En parallèle, un jeune maraîcher Luc et sa compagne Naomi s'installent à Estagel, se mettent en contact avec nous. Nous démarrons la distribution en juin 2020 dans un local privé (notre garage sur la place d'Estagel), le temps que Luc construise un abri sur ses champs pour accueillir les Amappiens.

Aujourd'hui, Luc et Naomi font une quarantaine de paniers par semaine. De plus les adhérents de l'AMAPPA (70 environ) peuvent également commander ou passer contrat avec d'autres producteurs : Philippe et ses poulets, Romain et le porc, Pierre et le bœuf, en poisson Erwan, le pain avec Cécile, Maxime le fromage de chèvre, le miel avec Henry, et dernièrement Tulia et ses oeufs.

### Est-ce une autre façon de bien manger et à un bon prix ?

Oui bien sûr, le panier de légumes suit les saisons et parfois nous avons des légumes dont il faut apprendre ou réapprendre la cuisson, la préparation. C'est encore l'occasion d'échanges « *succulents* » entre les Amappiens qui vont jusqu'à l'apport de préparations à goûter au moment de la distribution. Le bon prix : OUI : un panier à 15€ toutes les semaines, bio qui coûterait actuellement le double à Biocoop ou en supermarché rayon bio.

### Quels sont les avantages et les inconvénients de cette structure pour l'agriculteur, le consommateur ?

Du point de vue de l'agriculteur une rentrée d'argent régulière qui lui permet d'assurer ses investissements à venir et tout simplement de voir venir. La vente directe permet des ajustements des productions en fonction des avis exprimés par les consommateurs.

Pour le consommateur, c'est un contact direct avec les producteurs, des visites de fermes sont organisées régulièrement, l'occasion de partager un repas mais aussi de mieux comprendre les enjeux, les difficultés d'une agriculture bio respectueuse de l'environnement.

Plus généralement, ce sont des familles qui se rencontrent toutes les semaines et peuvent construire des dynamiques revendicatives pour la construction d'un meilleur avenir pour leurs enfants (aujourd'hui le partage de l'eau entre l'agriculture et le développement urbanistique est en débat dans notre vallée). Mais c'est aussi des moments d'entraide du maraîcher : arrachage d'herbe, aide au montage de la serre, cela permet de créer du lien entre les trois communes de la Plaine et au-delà... et nous allons envisager d'aider à la création d'une autre AMAP si les demandes se font toujours plus importantes.

Propos recueillis par Michèle Devaux

## Mieux manger à petit prix

Les associations pour le maintien de l'agriculture paysanne (AMAP)

constituent une solution viable pour manger sainement, à moindre prix, tout en soutenant efficacement les paysans locaux.

Rencontre avec Héléne Pons-Gralet.

## Les AMAP dans les P.-O.

Quand on dit mieux manger, on a tendance à penser que cela revient cher. Pourtant, il existe des solutions pour tendre vers une alimentation plus durable, respectueuse de l'environnement, et à petit prix, l'AMAP est l'une d'elles. Dans le département on trouve plus d'une dizaine d'AMAP. La palette des produits en vente est large et différente selon les AMAP, depuis les légumes bio ou naturels en passant par les volailles et la viande, sans oublier les fromages de chèvre, oeufs, miel, vin, bière.

L'AMAP est un partenariat entre un groupe de consommateurs et une ferme, basé sur un système de distribution de paniers composés des produits de la ferme. Le prix des denrées est fixé en concertation avec l'agriculteur, il tient compte des coûts de production, de la rémunération du producteur. Le consommateur est adhérent à l'association, le prix à payer se fait sous formes de cotisation et d'acceptation à donner un « *coup de main* » à l'agriculteur soit physique, soit en participant à la distribution des paniers. Un prix réduit des produits est possible du fait de l'absence d'intermédiaires, de l'absence de gâchis au niveau des produits et peu ou pas d'emballage.

M.D.





## Santé, alimentation naturelle

Des personnes victimes du licenciement économique cherchent un plan B et se lancent dans la production et la vente directe d'aliments sains.

### Ne pas baisser les bras

C'est une belle surprise de trouver l'étalage des *Jardins maraîchers du Réart* au marché Saint-Martin à Perpignan. Des légumes tout mignons et quelques fruits (de producteurs partenaires). Vite on apprend qu'il s'agit d'une production bio, « en permaculture » précise Jean-Marc, avec un sourire un peu timide. S'agirait-il d'un néo-rural surdiplômé qui à la suite d'une prise de conscience écolo doublée d'une crise existentielle s'est retrouvé au milieu des champs après le confinement ? Pourtant, l'histoire est toute autre. Cela apprendra à avoir un regard essentialiste sur les « gens de la grande ville » ! Rendez-vous est pris pour mieux comprendre le but et les intentions de cette reconversion.

Marjorie Bieuvelet explique : « Mon mari et moi habitons dans l'Oise et je travaillais à Roissy. Suite au Covid-19 et à la crise économique qui s'en est suivie, la compagnie aérienne où j'étais employée a eu de gros problèmes et j'ai été licenciée. Que faire ? Nous connaissions Jean-Marc, un collègue et nous avons réfléchi tous ensemble. L'idée

nous a été suggérée de faire de la permaculture. » Jean-Marc Luquet poursuit : « Je travaillais Boulevard Haussmann à Paris pour la même compagnie. Licencié économique à cinquante ans passés, il fallait trouver un plan B. Je suis assez réaliste pour savoir que je ne serai pas embauché à mon âge. Je ne savais pas jardiner. Pour tout sport, je marchais du métro au travail. Nous aimions le Sud et connaissions les P.-O. » Et Marjorie d'ajouter : « Je n'ai pas de formation en agriculture non plus mais nous recevons des conseils. J'ai adhéré à l'idée car cultiver en permaculture, cela a du sens. Nous voulons que notre production soit accessible à tout le monde. Les fruits et légumes naturels ont un bon pouvoir de satiété et un goût oublié. Ils permettent de rester en bonne santé au lieu de gaspiller son temps et son argent à être malade. » Jean-Marc a été séduit aussi : « Faire la vente directe sur place et au marché (nous sommes aussi présents à Elne), cela crée du lien social et cela correspond à, sinon une philosophie, au moins un humanisme que nous voulions mettre en pratique,



La vente au marché crée du lien social.

comme de faire don de nos surplus à une association. »

La SARL agricole des *Jardins maraîchers du Réart* est implantée à Théza depuis un an, sur des terres en location qui étaient en friche depuis dix ans. La certification est obtenue dans la foulée mais le mode de culture va bien au-delà du cahier des charges de la Bio. Plus qu'une reconversion professionnelle, c'est une transformation physique qu'il leur a fallu opérer pour réussir à produire dès la première année sans aucune mécanisation : « On n'imagine pas ! » Mais les nouveaux agriculteurs ne comptent pas s'arrêter là. Des arbres fruitiers ont été plantés pour passer à l'agroforesterie, une méthode adaptée au réchauffement climatique, et dans l'avenir, un cheval serait bienvenu pour une traction animale.

Reportage réalisé par Veronika Daae

#### Vers une Sécu alimentaire ?





## Plantes sauvages comestibles & coscoll

Salades sauvages  
Quand la nature nous aide à économiser

*Elles sont à nos pieds. On les trouve partout. Elles sont gratuites.*

*Ignorées ou inconnues, certaines plantes sauvages sont très bonnes à manger, cuites ou crues.*







**Essayez-les, vous les adopterez !**

*En voici quelques spécimens :*



### À quel moment les cueillir ?

L'hiver est la saison pour ramasser ces cadeaux de la nature, sauf le coscoll qui se récolte en mai.

| L'ARRUCAT<br>ou CREPIS VESICARIA  | PISSENLIT<br>ou TARAXACUM OFFICINALE   | LAITERON<br>ou SONCHUS OLERACEUS  | COUSCOURILHE<br>ou REICHARDIA PICROIDES   | PÂQUERETTE<br>ou BELLIS PERENNIS  | COSCOLL<br>ou MOLOPOSPERME<br>CICUTARIUM   |
|---|--|---|---|---|--|
|  <p>Son nom vient du languedocien "s'arrucar", se recroqueviller. C'est sa particularité, une fois coupées, les feuilles de cette salade se recroquevillent vers le bas.</p> <p>Très abondante dans les garrigues ou en bord des vignes, elle a les feuilles bien plaquées au sol. Des boutons floraux sont souvent au centre. La plante est un peu poilue. Son goût est un peu amer.</p> |  <p>Son nom fait allusion aux propriétés diurétiques de la racine. C'est une des rares salades sauvages cultivée depuis 150 ans mais elle a été supplantée par l'endive. Le pissenlit aime les prairies, les bords de rivières et les coins humides. Son centre est charnu et ses feuilles sont parfois entières, parfois découpées. Jeune, il est peu amer et a un goût très doux.</p> |  <p>Il y en a partout en pays catalan, dans les terrains vagues, les jardins, au bord des chemins. Dès qu'on le coupe, du lait (ou latex) coule de sa tige. Longtemps considéré comme une excellente herbe à lapin, le laiteron n'a pas eu une grande réputation, à tort. Essayez-le, vous apprécierez son goût agréablement doux.</p> |  <p>Typique sous le climat méditerranéen, c'est ma salade préférée ! On la trouve dans les endroits infertiles : rocailles, éboulis ou talus. Son goût est laiteux et légèrement parfumé. Pour préserver l'espèce (y'en a pas beaucoup !), ne prélever que quelques pousses sur la racine en les coupant délicatement au collet. Très agréable en bouche.</p> |  <p>Son nom est dérivé de Pâques, période à laquelle elle commence à fleurir. Très abondante un peu partout, appelée aussi <i>pimparèla</i> (qui se pomponne, allusion à la beauté de sa fleur) elle est facilement reconnaissable. Son goût est agréable et un peu sucré.</p> |  <p>Emblématique du pays catalan, le coscoll ne doit pas être confondu avec l'aconit qui est du poison ! Récolté en haute montagne, on coupe les jeunes tiges et on les détaille en morceaux que l'on fend en 4. Trempés dans de l'eau glacée, ils s'enroulent sur eux. Bien égouttés, assaisonnés d'une vinaigrette bien épicée, la salade de coscoll est une tuerie ! J'en ai même fait de la confiture !</p> |

### Comment déguster les salades sauvages ?

Il faut toujours bien les laver et les laisser tremper dans de l'eau vinaigrée. **Crues** : avec un filet d'huile d'olives, vinaigre, sel et poivre.

On peut ajouter de l'ail rapé, des lardons frits, des cerneaux de noix, des pignons de pin, des morceaux de fouet ou du foie de porc sec.

**Cuites** : après 15 minutes à la vapeur ou à l'eau bouillante, bien égoutter l'eau en les pressant entre deux assiettes.

Laisser refroidir et déguster avec une vinaigrette relevée.



## Un « Coup d’pouce » alimentaire



### Solidarité

Face à l’inflation et à l’augmentation des dépenses contraintes comme le loyer et l’énergie, de plus en plus de personnes recourent à l’aide alimentaire.

L’association toulougienne « *Coup d’pouce* » va plus loin.



### Un réseau d’aides

De la banque alimentaire aux bénéficiaires, en passant par les associations ou les CCAS partenaires, chaque maillon de la chaîne joue un rôle important. La Banque alimentaire collecte des denrées gratuites auprès de fournisseurs publics ou privés (grande distribution, producteurs et agriculteurs, industrie agro-alimentaire). Elle les distribue ensuite à des associations et des CCAS. Ce sont elles ou eux qui organisent ensuite l’accompagnement alimentaire sous différentes formes : colis alimentaires, repas partagés, ateliers cuisine, camions itinérants, etc.

La toute jeune association *Coup d’pouce*, basée à Toulouges, est un des derniers maillons de cette chaîne. En partenariat avec la Maison des citoyens, gérée par la municipalité qui assure la logistique, elle reçoit les denrées de la Banque alimentaire et, avantage associatif, organise aussi ses propres collectes auprès de producteurs locaux. La distribution des colis alimentaires a lieu tous les vendredis après-midi espace Abelanet, moyennant 3€. Les bénéficiaires, au nombre de 80 à ce jour, sont des personnes en grande difficulté financière.

### L’atelier cuisine

Outre l’aide alimentaire, l’objectif de l’association est de rompre l’isolement de ces personnes et de créer du lien entre eux. Dans ce but elle organise des ateliers cuisine à la *Maison des citoyens* tous les jeudis matin.

Six bénéficiaires y participent à ce jour, dont un homme. L’une d’elles a été bénévole pendant un temps et, après les aléas de la vie, se retrouve maintenant bénéficiaire. À l’inverse, une ex-bénéficiaire est aujourd’hui bénévole « pour rendre ce qu’elle a reçu ». C’est Marine, nutritionniste en libéral, qui donne de son temps à l’association. « *Apprendre à cuisiner en respectant l’équilibre alimentaire* » lui tient beaucoup à cœur.

Avec les denrées apportées le jour de l’atelier du 24 novembre, par Michèle, administratrice à la Banque alimentaire, Marine va élaborer un repas équilibré. Soit un légume cuit et un légume cru, des protéines, des féculents, des lipides, un produit laitier et un fruit. Au menu : galette de pommes de terre et salade verte avec des radis en entrée, purée de panais accompagnée de poulet à la crème en plat principal et une salade de fruits avec crème anglaise en dessert. Après avoir cui-

siné ensemble, les bénéficiaires repartent avec leur repas. Interrogés, les participants disent venir trouver le plaisir de découvrir des aliments nouveaux et des recettes nouvelles mais surtout de cuisiner ensemble, et non tout seuls. Comme quoi

la solidarité passe aussi par la cuisine !

A.-M. D.

Prochain rendez-vous, atelier « pâtisseries de Noël » le 19 décembre de 14h à 17h à la *Maison des citoyens*.





## Nos goûts d'enfance !

Quand la rédaction retourne en enfance ...

Au TC, « on a gardé nos âmes d'enfants », affirme Jean-Marie dans une humeur... chiche !

Alors, si l'on veut trouver un moyen de maintenir vivant ce qu'on a peur de voir disparaître, quoi de mieux que d'évoquer nos goûts d'enfance ?

Une odeur, une saveur ont le pouvoir de faire remonter des images,

des sensations très anciennes et de donner au présent la qualité d'un souvenir.

En quête de photos jaunies, c'est à ce jeu délectable que nous nous sommes livré.e.s avec tendresse et humour...

Eulalie Arabia



C'était souvent le dimanche, chez mes grands-parents maternels où nous vivions. Un vieux taudis en plein cœur de Barcelone, près du port, dans ce quartier de L'Arrabal mais en ce temps-là c'était « *El barrio chino* ».

Donc les dimanches, on se faisait beaux. Les grands avaient du temps et la famille me semblait plus heureuse. En fin de matinée

les hommes du quartier se retrouvaient au bar pour boire « *El barmut* » ou une « *cervesa* » tout en discutant du dernier match du Barça, des combats de boxe ou la corrida de l'après-midi. Pour nous, c'était la fiesta, on piquait les cacahuètes salées et on découvrait notre premier Coca-Cola... on y croisait quelques soldats américains qui nous offraient des « *chiclets* » un vrai luxe. Mais il fallait se cacher car mes parents ne voulaient aucun cadeau américain !!!

L'arroz cramat de la Yaya

Donc à la maison, la Yaya Louisa cuisinait son arroz cramat. Dans la cassola (plat haut en terre cuite) elle faisait revenir la saucisse, le coustillou, les pois chiches, l'ail sans oublier les pansas (raisins secs). Puis quand tout ça prenait une belle couleur elle ajoutait l'arroz.

Enfin au bout de quelques minutes elle versait l'eau chaude, le safran et du sel. Tout ce mélange cuisait un moment puis on arrêtait cette cuisson. On couvrait la cassola d'un grand torchon bien blanc et bien repassé. Et puis nous voilà partis très fièrement pour continuer la cuisson de l'arroz dans le four de la boulangerie du quartier... c'est là qu'il dorait et qu'il devenait « *un arroz cramat* ». On utilisait la chaleur de la dernière fournée du boulanger. Bien sûr nous n'étions pas seuls. Il y avait des plats de canalons, du poulet, des poivrons et aubergines pour en faire « *un ascalibat* » .... Un mélange d'odeurs magiques qui rendait tout ce monde joyeux. Les femmes échangeaient leurs recettes et nous les enfants on aimait à courir partout dans la boulangerie et sauter sur les sacs de farine. L'odeur chaude, douce, sucrée de ce lieu est restée gravée dans ma mémoire. Et le reste aussi !!!



Le riz soufflé

Nicole Caspon

Un mélange de saveurs et de textures incroyablement savoureux, la douceur du riz au lait rafraîchi et le délicieux craquant des blancs montés en neige et passés au four, le goût de la vanille. Ma mère en faisait souvent, c'était la fête, j'étais capable d'avaler le plat. Ce riz soufflé, je crois que ma mère l'avait inventé car cette recette est introuvable, même sur internet. Heureusement, une de mes sœurs l'a retrouvée dans les archives familiales, je l'ai aujourd'hui sous les yeux, de l'écriture si reconnaissable de ma mère. Cela fait remonter plein de souvenirs, l'enfance, les repas en famille, ma mère qui adorait nous confectionner de bonnes choses, son activité débordante... Aujourd'hui, ma sœur a repris le flambeau et, à l'occasion, prépare un riz soufflé. Il faudrait bien que j'essaye...







Evelyne Bordet



C'est dimanche !

Dès quatre heures ce matin, la Nonna, grand-mère revêche arrivée des Pouilles, a préparé pour toute la famille, sur sa grande planche les orechiettes, dites « *strachenotte* » en dialecte coratin. Des pâtes fraîches à la semoule de blé dur, façonnées une à une, en silence, avec une dextérité tellement intimidante pour la petite fille que j'étais...

La sauce tomate mijote déjà sur le poêle, et ma mère a commencé à façonner les « *bracciole* », à la viande de cheval achetée exclusivement à la chevaline chez « *l'Italian* ». Il faut dire que dans cette bourgade près de Gre-

noble, tout est italien ! À l'usine, la plupart des ouvriers sont issus comme mon père de la vague migratoire des années 20... Une joyeuse communauté est installée là, avec un sens aigu des traditions familiales culinaires. Alors dès le lever, j'aide ma mère à déposer sur chaque fine tranche de viande, quelques lardons, de l'ail coupé fin, du persil haché, et le Pecorino rapé avec parcimonie parce que « *c'est cher* » ! Le Pecorino, c'est tout le sud de l'Italie qui emplie la bouche quand on a la chance d'en choper un petit morceau... On roule ensuite la bracciole et on l'attache avec une fine ficelle de cuisine pour que rien ne s'en échappe. Elles cuiront deux heures durant, lentement dans la sauce de tomates fraîches, exhalant dans toute la maison un fumet à nul autre pareil. Il faudra défaire la ficelle dans l'assiette, sans éclabousser la sauce tomate. Lorsque mon père rentrera, les strachenotte seront plongées dans l'eau en ébullition et le festin dominical pourra commencer...



Arroz pobre

À la table dominicale familiale, signe d'une volonté d'intégration ou amour des plats simples, le poulet rôti avait toute sa place. Mais pour un républicain espagnol exilé de la retirada, c'est une bonne paella que l'on retrouvait, les jours de fête, après le tiercé au bar des aviateurs du quartier de la patte-d'oie.

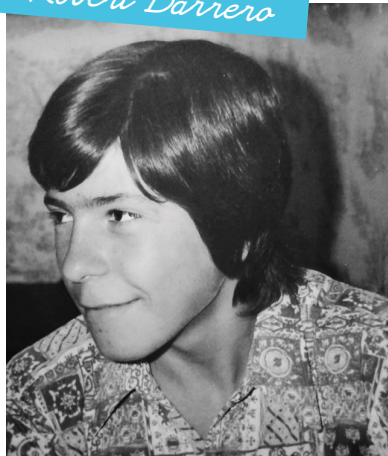
Selon que vous êtes de Murcia, de Santander, de Salamanca ou de Puente de Vallecas (quartier périphérique de Madrid) vous ne mangez pas la même paella. Car la paella est un plat de terroir.

La paella c'est aussi un objet social. Un perpétuel sujet de controverses, disputes, débats et autres grandes déclarations définitives que les gardiens du temple des différents courants de pensée paellère se jettent à la figure au bistrot autour d'une caña. Bouillon ou pilaf ? Riz long ou riz rond ? Pimenton ou safran ? Tout cela se discute. La paella se décline aussi ainsi : arroz a banda (garniture a part) ; arroz caldoso (beaucoup de bouillon) ; arroz meloso (onctueux) ; arroz seco (sec, tout le bouillon est absorbé).

Le fils de républicains que je suis les aime toutes.

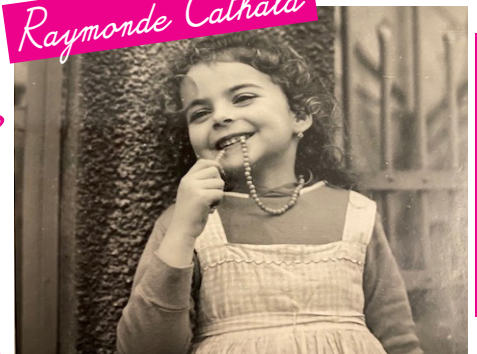
Mais la paella de mon enfance, celle des jours simples, celle du tout-ve-

Robert Barrera



nant, ce n'est pas vraiment une paella. C'est un plat de pauvre, que ma mère baptisait « *arroz pobre* » qu'elle confectionnait avec seulement du poulet, des haricots plats, du poivron vert, du bouillon, du safran (ou du Spigol les jours de disette) et c'est tout. La seule différence entre cet arroz pobre et une paella Valenciana se trouve dans le sofrito (sofregit en Catalan) que l'on réalise en faisant compoter de l'oignon et de l'ail hachés très fin, et de la tomate. Ainsi on obtient ce résultat si particulier que tout le monde s'arrachait autour de la table de mon enfance : le socarrat. Le socarrat c'est ce riz caramélisé et croustillant qui s'attache au fond de la paella. On ne l'obtient que dans la paella seca. Le goût de mon enfance, s'il n'y en avait qu'un, ce serait celui si particulier du socarrat.

Raymonde Cathala



De la poudre aux yeux

On aurait loupé le goûter pour rien au monde, mais pas question de stopper nos jeux de plein-air trop longtemps. Aussi, maman préparait vite fait bien fait des grandes tartines de pain beurrées qu'elle saupoudrait de sucre ou de chocolat en poudre. Inévitablement, après la première bouchée, un croisement de regard suffisait pour faire pouffer ou éclater de rire notre voisin de table et constater avec malice, les dégâts sur nos vêtements ou dans nos yeux et nos narines !



... COMMENT ? MA RECETTE D'ENFANCE PRÉFÉRÉE ?... VOYONS... JE CROIS BIEN QU'IL FALLAIT MÊTRE 3/4 D'EAU À BOUILLIR DANS LA CASSEROLE... ET PUIS ON SECOUAIT AU-DESSUS LA BÔTE EN CARTON AVEC LES DAMIERS BLEUS ET BLANCS, ON LAISSAIT CUIRE, SERVIR CHAUD SÎTÔT ÉGOUTTÉS, MMH... LES MACARONI AVEC LEUR NOIX DE BEURRE... ET, DES FOIS, LEUR TRANCHE DE JAMBON D'YORK... ON ALORS L'HUILE CRÉPITANTE ("NE T'APPROCHE PAS, AU MOINS !"), QU'ON Y PLONGEAIT LES PATÂTES BIEN TAILLÉES, ET ÇA CRÉPITAIT...

... BON...  
... EN FAÏT...

... OÙ TU ÉTAIS, TOUT CE TEMPS, MAMAN ?...



... C'EST MÊME PAS VRAI, D'ABORD ! ELLE PRÉPARAIT DES TRUCS FAMEUX ET TRÈS LONGS À FAIRE, ELLE QUI NE PENSAIT QU'À SE TROUVER UN PEU DE TEMPS POUR LIRE ! ELLE ÉTAIT TRÈS INTELLIGENTE ET BELLE, QUELQU'UN DE VRAIMENT BIEN. ET SA CUISINE, ENTRE AUTRES, LE DISAIT.

Voilà.

Anne-Marie Delcamp-Albitre



Tartines de pain frottées

Je me souviens de vacances passées à Canet plage, dans une maison du front de mer prêtée à mes parents pour un mois.

Mes parents travaillant, ils avaient demandé à notre femme de ménage, espagnole bien sûr, si elle accepterait de s'occuper de moi. Ce qu'elle a fait deux années de suite avec sa nièce du même âge que moi. On devait avoir 8 ou 9 ans. Nous passions bien sûr nos journées à la plage et au goûter, en rentrant de la plage, elle nous préparait des tartines de pain frottées d'ail, salées et arrosées d'huile d'olive. Une découverte pour moi la première fois et un régal jamais démenti. Ceci explique peut-être mon goût pour le salé plus que pour le sucré !

Roustes et Willassous

Michel Marc

Mes grands-parents habitaient en dessous. Un escalier à descendre, une porte à ouvrir. Nous arrivions presque directement dans la cuisine. Issus des Garrotxes, de Nohèdes où mon grand-père y était vacher, ils avaient gardé l'habitude d'un réveil matinal, d'un premier café, de premiers travaux et d'une collation, disons-le consistante, vers 9 h du matin.

Vers mes neuf ans, je commençai à m'y intéresser, curieux et attiré par l'odeur solide de fritures en cours. Sans surprise, je fus, chaque dimanche matin, bien accueilli pour ce rituel culinaire, l'Ezmozar. Il y avait dans la poêle noircie de l'huile qui frémissait, un carré jaunâtre épais d'à peu près un centimètre, que ma grand-mère retournait régulièrement, et quelques morceaux de roustes qui doraien patiemment dans cette huile bouillante, jusqu'à devenir croustillante et brunie.

La roustes, en catalan, c'est le plat de côte de porc, coupé fin. Le rectangle jaune c'est selon. « Mias, Miassous... », galette de farine de maïs, d'œufs et de lait que les pauvres appréciaient. Il remplissait le corps. Un



délice. J'en profitais pour goûter mes premières gouttes de vin, quand mon pépé versait dans mon verre d'eau quelques gouttes rouges en me demandant expressément de ne rien dire à personne. Eh bien... J'ai gardé ces habitudes du matin, jusqu'aujourd'hui. L'Ezmozar, chaque jour !

Veronika Daae



Quand on dit "bouillie", on pense "bébé". Cette préparation qui date de l'Égypte antique a pourtant des vertus nutritionnelles et gustatives qui lui confèrent un statut particulier dans l'histoire culinaire de l'humanité. Il s'agit d'un plat à base

de céréales aplaties, en gruau, en semoule ou en farine, ou bien encore de riz ou de légumineuses comme les pois, qui sont cuits dans de l'eau et du lait jusqu'à obtenir un mélange visqueux. D'autres préparations sont aussi des bouillies si la consistance correspond. On retrouve cette tradition mondiale dans tous les pays européens, du porridge du petit déjeuner anglo-saxon à la bouillie de semoule de maïs en Algarve (Portugal) où les restes de la pêche sont incorporés. C'est le *Xarém con coquilhas*.

Mais la bouillie de mon enfance, elle est norvégienne. Les Vikings l'ont importée dans les pays nordiques en l'an mille. Elle s'appelle *Puuro* en finnois et *Grøt* ou *Grød* en scandinave. Elle était servie chaude, saupou-

## Rømmegrøt quand tu nous tiens !

drée de cannelle ou de sucre, avec un œil de beurre au centre de l'assiette. Ma préférée, c'était la *semulegrøt* (à la semoule).

### La bouillie, un voyage au cœur de la tradition en Norvège

Il existe d'innombrables variétés de bouillie. *Vassgraut* (à l'eau), *risengrynsgrot* (au riz), *havregrot* (à l'avoine), *byggrynsgrot* (à l'orge), *fløyelsgrøt* (bouillie de velours) etc. Souvent à base de céréales complètes, elle a joué autrefois un rôle essentiel dans l'alimentation scandinave. On pouvait en consommer jusqu'à quatre fois par jour. L'utilisation de la bouillie de riz, à la fois le samedi ou à Noël, est une tradition qui se perpétue et pendant les fêtes, la bouillie accompagne encore le poisson ou la viande. Mais comme le *Fado* en Anda-

lousie, la tradition évolue. Depuis le XXI<sup>e</sup> siècle, la bouillie est souvent réfrigérée. Elle est plus raffinée aussi. Finie la farine intégrale ! Aux bébés, on sert de la bouillie de farine sans gluten ou à base de baies, la *rødgrøt* (bouillie rouge). Des restaurants se sont spécialisés dans le porridge qui a connu un essor ces dernières années.

Mais la star, c'est la *rømmegrøt* (à la crème sure). Elle est intemporelle et son goût aigre est incomparable. On fait bouillir longtemps la crème avec un peu de farine et on écope le beurre en surface pour en déposer une cuillère au centre du plat au moment de servir. Sucrée ou en accompagnement de la charcuterie, *rømmegrøt* trône définitivement au sommet de l'art culinaire ancestral en Norvège.

## Femmes extraordinaires

Anne Patruze



Deux femmes extraordinaires m'ont fait saliver avec l'odeur de leur cuisine. La première travaillait sa pâte brisée à l'huile d'olive et non pas au beurre. Le secret était de la pétrir avec délicatesse surtout pas trop longtemps et de la laisser reposer tranquillement sous un torchon. Puis elle faisait revenir longtemps, très longtemps les poivrons verts coupés en petits morceaux. Ils devaient être fondus avant d'y ajouter les tomates et le bouquet garni. La patience était de rigueur pour laisser mijoter le tout. C'est alors que le parfum se répandait dans toute la maison et les estomacs se réveillaient alors qu'il n'était que 10h du matin ! Quand enfin la frita était prête elle devait refroidir. C'est dans ce laps de temps qu'elle devait être attentive à ce que enfants et parents ne viennent pas trop goûter ! Enfin, elle divisait sa pâte en deux, étalait la première moitié, y déposait la frita et recouvrait avec la deuxième. Elle fermait le tout en repliant les bords de la pâte, étalait un jaune d'œuf et enfournait au four 20 minutes pour laisser naître la fameuse « coca ». Quand elle la servait il fallait être malin et rapide pour avoir les parts avec le plus de pâte !

La seconde femme me régala avec ce qu'elle appelait ses « coquilles au thon ». Coquille parce qu'elle nous servait cette entrée dans des récipients en forme de coquillage. Une entrée simple mais qui garantissait le bonheur des repas dominicaux ! Du thon émietté, des olives noires coupées en morceaux, des champignons,

une béchamel digne des plus grands chefs étoilés et un peu de fromage pour gratiner le tout. Elle enfournait quelques minutes et le succès était garanti. Quand j'étais avec elle au moment de la béchamel qu'elle faisait monter lentement très lentement à feu très doux, qu'il était difficile de ne pas plonger un petit doigt dans la casserole ! Alors j'attendais qu'elle soit terminée, et une fois la casserole vidée, posée sur le plan de travail comme laissée pour compte avant d'être lavée, j'allais voler un peu de ce met délicieux. Diantre que les papilles se réveillent lorsque l'enfance est sollicitée !

VIGNOBLES  
DOM BRIAL

À 15 minutes des plages,  
à 5 minutes de Perpignan,

Découvrez notre terroir à travers  
nos nombreux vins médaillés.

Vignerons en Roussillon depuis 1923

Patrimoine du Roussillon

Renseignements - 04 68 64 22 37

www.dom-brial.com - 14 av. Maréchal Joffre - 66390 BAIAS



Une belle initiative citoyenne !

## O'Vrac coop

La première épicerie coopérative de vrac, bio, et local à Perpignan.



**S**top aux emballages ! Ici tout est en vrac et en circuit court. Du rayon frais aux produits ménagers en passant par le café, on trouve en vrac du sucré, du salé, des produits d'hygiène et d'entretien. Le TC découvre ce magasin coopératif engagé, et ses militant.e.s ! Mariannick Bascompte nous y accueille.

O'Vrac est une épicerie collaborative avec 174 sociétaires engagés. Le projet est né il y a 3 ans, avec trois idées force, Vrac, bio et zéro déchet. Il s'agissait de promouvoir la réduction des déchets, de proposer une nourriture saine par la vente de produits de qualité, bio et majoritairement locaux et de permettre aux personnes d'y faire leurs courses à moindre prix puisqu'on peut choisir la quantité juste nécessaire à son quotidien en y apportant ses contenants. La boutique a ouvert en juillet 2021 à Perpignan. Nous avons la volonté de créer une coopérative, la première dans les P.-O. C'est une SCIC (société coopérative d'intérêt collectif). Comme toute coopérative, nous fonctionnons avec des sociétaires qui ont acheté des parts sociales et qui donnent 3h de leur temps par mois. Pour commencer et nous aider dans notre aventure, nous avons eu une subvention de la Région. Nous fonctionnons en

commissions : le conseil coopératif donne son avis et prend les décisions, la commission Implantation a réalisé tout le mobilier de l'épicerie et son agencement, la commission produits recherche de nouveaux producteurs locaux, la commission communication, la Commission vie coopérative organise des événements pour créer du lien et enfin la Commission financement assure la comptabilité et la trésorerie. Notre marge est décidée en conseil coopératif avec le comptable, elle est environ de 30%.

Aujourd'hui, tout le monde peut y faire ses courses, sans obligation de donner les 3h de bénévolat par mois. Un planning est lancé tous les mois pour tenir l'épicerie. Chaque vacation comprend trois personnes qui assurent la mise en place, le réapprovisionnement des rayons, la caisse... La notion d'engagement est importante.

### Quels sont vos projets ?

Deux salariés sont envisagés dès que nos finances le permettront. On est tout jeunes, on doit améliorer notre signalétique d'accès au magasin, c'est en train de se faire. On travaille aussi à la mise en place, d'ici quelques jours de « cagettes du maraîcher » pour les fruits et légumes qui seront ache-

tés sur commande en fonction des propositions des producteurs, ceci afin de lutter contre le gaspillage.

On a le projet de fournir de la viande et élargir le rayon traiteur d'ici quelques mois. Ce n'est pas un problème de religion, ici, certains mangent de la viande et d'autres pas. C'est une question de frigo. On doit s'équiper.

On a mis en place un drive sur facebook et instagram via la page « O'Vrac » avec retrait le vendredi soir.

Pour se faire connaître, on participe à des festivals et manifestations, nous en créons aussi : des apéros-coop tous les premiers vendredis du mois, où on invite des producteurs, on a prévu pour le prochain une dégustation de tisanes. »

Virginie vient nous glisser : « on crée du lien, on se fait des copines » ! La convivialité qui règne dans la boutique le confirme... La boutique s'anime, on discute, on échange, on partage un café dans une ambiance joyeuse et conviviale. Difficile de différencier les « clients » des « sociétaires ». Chacune, chacun semble également impliqué, et on se sent comme dans un cocon préservé du consumérisme ambiant.

Salutaire !



### Les ateliers d'O'Vrac

Mireille nous explique que les ateliers sont une association à part entière, ce qui permet entre autres d'accéder à des subventions du Conseil départemental pour le fonctionnement.

Mireille coordonne et anime avec une belle énergie des ateliers cuisine, couture, bricolage, fabrication de produits d'hygiène et d'entretien, création de purificateurs d'eau. Tous les matériaux nécessaires aux ateliers sont en vente à la boutique, précisez-les. Objectif : devenir autonome, aller vers zéro déchet, et surtout, partager, échanger, s'entraider, bref, vivre en société.

Reportage réalisé par Veronika Daae et Evelyne Bordet

Adresse : 145 Chemin de la Passio Vella à Perpignan.

Horaires d'ouverture de 11H à 14H du mercredi au samedi et de 11h à 14h et de 16H à 19H le vendredi.



Restaurant associatif

## MIAM c'est bon !

Le restaurant associatif MIAM est un ouvrage gustatif accessible à celles et ceux qui vivent sous le ciel étoilé.



**M**IAM à Perpignan est un restaurant végétarien et végan impulsé par la volonté d'un petit groupe de cuisiniers et cuisinières qui souhaitait faire de bons repas de qualité, accessibles à tous les porte-monnaie, dans une ambiance conviviale propice à la rencontre. Le pari est gagné avec un prix de 2€ pour un délicieux repas complet. Les pertes financières de ce coût imbattable sont compensées par le prix que paient les clients qui le peuvent, 12 à 15€ si possible (prix pratiqués dans les restaurants traditionnels) ainsi que quelques subventions. Les ingrédients sont en grande partie des invendus de magasins et producteurs bio locaux partenaires.

### MIAM est au cœur de Perpignan, un cœur qui bat

Un collège de huit personnes orchestre les activités de MIAM, association loi 1901 dont les orientations sont fixées lors des assemblées générales. Juju, Nath, Bernard, Louise... pas moins de 60 bénévoles œuvrent à la réussite du restaurant qui emploie quatre salariés, Camille, Wilfried, Lia et Lucia. « *Nous quatre sommes des cuisiniers. Tous issus du monde associatif, nous refusons un système où certains peuvent et d'autres pas* » confie Camille. Les membres actifs suivent une série de cours organisés par la Ligue de l'enseignement pour l'apprentissage à des pratiques démocratiques dans les prises de décisions au sein d'une association. « *La structure est conseillée par la Ligue de l'enseignement pour les questions de démocratie interne* » précise Camille.

Vous trouverez le restaurant dans les locaux du bar L'atmosphère du mardi au samedi le midi au 22 place Rigaud.

V.D.

## Les meilleurs sont riches et chauds

**Expresso, allongé, cappuccino, frappé, arrosé... le café est l'un des produits les plus consommés dans le monde.**

**P**erpignan abrite les Cafés La Tour dans son quartier du moyen Vernet, entreprise familiale de torréfacteurs indépendants depuis 1925. Actuellement, la 4<sup>e</sup> génération poursuit l'aventure avec l'arrière-petite-fille.

Les Cafés La Tour sont très actifs dans la vie locale, ils s'associent à grand nombre d'événements culturels, festifs, sportifs, viticoles et gastronomiques. L'entreprise a su préserver sa méthode de torréfaction et s'adapter au modèle économique libéral en intégrant les contraintes écologiques et sociales de développement durable et d'équité. Ainsi, des cafés d'Éthiopie, Brésil et Pérou, certifiés, labellisés bios et commerce équitable sont disponibles ainsi que des assemblages presto et lungo et un décaféiné. Un café, corsé,

spécial expresso et ristretto complète l'assortiment. Une gamme entière 100 % arabica, est désormais déclinée en capsules. Les adeptes du broyage de grains peuvent s'approvisionner directement à la brûlerie.

### Bon pour la santé le café ?

Une tasse de café renferme autant d'antioxydants que trois oranges. Environ 300 sortes d'antioxydants nageraient dans le fond de la tasse ou flotteraient dans les vapeurs de café. L'arabica donne un café au goût fin et parfumé, tandis que le robusta a une teneur en caféine double de celle de l'arabica et donne un café au goût moins raffiné et plus âcre.

Ray Cathala



# CAFÉS LA TOUR

Torréfacteur à Perpignan depuis 1925

le café d'ici





## Papilles en musique

# Quand la musique éveille nos mémoires



**Variété Pop-Rock, des Beatles à Claude François, nombreux sont les artistes qui ont écrit sur la nourriture. Sucré, salé, peu importe, chacun porte son souvenir ou son idée.**

Tout commence par une histoire de confiture avec les frères Jacques. Comme elle est bonne cette confiture mais tellement indomptable ! Leur génie est de faire rire aux éclats en chantant des situations quotidiennes. Certains nous parlent d'histoire d'amour comme Joe Dassin et ses *petits pains au chocolat*, d'autres de souvenirs de jeunesse comme Nino Ferrer et ses *cornichons*. Évocations de souvenirs heureux de partages de moments festifs. Sans doute un bon moyen de nous rappeler qu'il est simple de créer de nouveaux souvenirs avec nos enfants et nos petits-enfants malgré le tourbillon de la vie qui nous emporte, et nous laisse à croire que nous n'avons pas le temps. D'autres artistes encore ont choisi les sucreries pour en faire des métaphores coquines comme Gainsbourg avec *les sucettes* ou Olivia Ruiz qui nous parle de *la femme chocolat*. Cette femme gourmande qui semble s'en vouloir pour l'image qu'elle donnera à voir à la société si par hasard elle venait à prendre trop de poids. Voilà une critique du regard que la société porte sur l'autre. Parce qu'après tout, l'enveloppe ne fait pas la personne. Et si nous laissons le superflu de côté pour nous concentrer sur l'essentiel ?

**« J'vous ai apporté des bonbons parce que les fleurs c'est périssable »**

Bourvil lui s'est servi de la *salade de fruits* pour que ce qui était un rêve devienne une réalité. Pour que le métissage devienne une

normalité et non un sujet de polémique ou de discorde dans les foyers. Parce que c'est bien du métissage qu'est née l'humanité et qui fait sa richesse.

Enfin d'autres ont choisi la musique pour faire de la nourriture un droit. Comme le crient depuis plus de trente ans les Enfoirés avec leur hymne des Restos du Cœur. « *Aujourd'hui on n'a plus le droit ni d'avoir faim ni d'avoir froid* ». Tout le monde connaît les paroles mais la faim est toujours là... Alors finissons par Renaud et ses « *Mistral gagnants* » qui, après nous avoir rappelé que les Roudoudous « *nous coupaient les lèvres et nous niquaient les dents* », terminait ainsi son texte « *Il faut aimer la vie, l'aimer même si, le temps est assassin et emporte avec lui le rire des enfants, et les Mistral Gagnants* ».

A.G.

## Les Grands Banyuls étoilés

### Banyuls l'Étoile

La plus ancienne cave du cru Banyuls

26, avenue du Puig del Mas  
BANYULS / MER 04 68 88 00 10  
DÉGUSTATION - VENTE - PARKING CLIENT

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

Cave à vin - Fromages  
04.68.22.27.32

TOT VA VO  
Le vin cool... à fl

7 place Henri Sayroux  
66200 Alénça



La pauvreté  
se porte trop bien  
**p.4**



# Jeunesse à l'abandon !

*Un constat glaçant*

2€ - N°954 - Du 09 au 15 décembre 2022



• **Cinéma**  
*Comédie chez les Soviets p.10*

• **Train Jaune**  
*Présentation du manifeste p.6*

# l'Édito

## Une jeunesse à l'abandon...

« Passe ton bac, et file aux Restos du cœur ! » Tel est le message implicite que le gouvernement envoie aux étudiants en 2022. Le constat est glaçant. Un étudiant sur deux ne mange pas à sa faim. La précarité étudiante s'étend et s'installe...

Avec l'inflation, les étudiants sont contraints d'activer le mode « survie ». Durant le confinement, les banques alimentaires ont permis à des centaines d'étudiants de manger pendant que l'État appliquait la baisse des APL et fermait les universités. Ce devait être l'affaire de quelques mois, mais pourquoi ne pas normaliser une situation qui, somme toute, évite de s'attaquer aux problèmes structurels de l'Université ?

Fin janvier, face à l'affluence étudiante aux portes des banques alimentaires, le gouvernement a lancé le repas à 1€. Quand le terme de « repas » se réduit à un panini, le mépris de la jeunesse est à son comble ! Ainsi, le 22 novembre, le ministre des Solidarités, en association avec le ministre de l'Enseignement supérieur dé-

bloque 10 millions d'euros pour les associations de distribution d'aide alimentaire aux étudiantes et étudiants. Cette enveloppe doit permettre de financer environ 300 000 colis alimentaires par semaine, soit un repas par jour par étudiant jusqu'à la fin de l'hiver. Haut les cœurs ! Jusqu'à quand acceptera-t-on une telle maltraitance des étudiants ?

Notre pays est incapable d'offrir une perspective à sa jeunesse. Pire, la crise énergétique est une opportunité pour accélérer la cure austéritaire alors que le manque de moyens est manifestement structurel dans l'enseignement supérieur. Les fermetures administratives cet hiver, comme à Strasbourg, ou la banalisation du passage au distanciel de certains enseignements ne sont finalement que la mise en œuvre des politiques expérimentées pendant le confinement afin de réduire les coûts sur le dos des étudiants. De fait, les jeunes qui travaillent pour payer leurs études sont en grande majorité issus des classes populaires et souffrent inévitablement du décrochage scolaire. Alors, il s'agit d'imposer la création d'un revenu étudiant, fixé au-dessus du seuil de pauvreté, comme le revendique le MJCF, pour permettre à tous les étudiants de vivre dignement.



Evelyne Bordet

## Annonces

La grande librairie de Noël du PCF 66

Fraliberthé 66. Vente de thés et d'infusions

Le saumon fumé 2022 pointe le bout de ses nageoires ! (retrait des commandes de saumon)

Samedi 10 décembre à partir de 15h

Maison des communistes à Perpignan.

Les Rendez-vous de St-Estève. Le cannabis, fausse drogue douce et vrai danger

Lundi 12 décembre à 18h30 – Théâtre de l'Étang à St-Estève.

Les enjeux de l'Éducation aux Médias et à l'Information (EMI)

Mercredi 14 décembre à 17h – La Casa Musicale à Perpignan.

Fraliberthé solidarité 66. Vente de thés et d'infusions

Mercredi 14 décembre de 16h30 à 19h

Maison des communistes à Rivesaltes.

Judi 15 décembre de 15h à 17h

Maison des syndicats à Perpignan.

Assemblée générale du Comité des Usagers de la ligne du Train Jaune

Samedi 17 décembre à partir de 8h30

Salle de la mairie à St-Pierre-dels-Forcats

Manifestation en soutien aux migrants

Samedi 17 décembre à 17h – Place Arago à Perpignan.

## Quel AVENIR pour la RN116 ? Quels MOYENS DE TRANSPORT PUBLICS dans la vallée de la TET ?

Le Département des P.O veut récupérer la gestion et l'entretien de la RN 116. Quelles conséquences ?

La SNCF voudrait transformer la ligne du Train Jaune en ligne touristique alors que s'affirme le besoin criant d'un service public ferroviaire pour tous.

La section de Cerdagne Capcir Conflent Prades du PCF organise un **débat public** sur le thème des mobilités le :

## Vendredi 9 décembre à 18h30 - Salle Eyt

Rue San-Juan-de-Porto-Rico - Prades

Avec la participation de :

- **Jean-Luc Gibelin** vice-président de la région Occitanie en charge des transports.
- **Jean-Louis Alvarez**, ancien conseiller général en charge des transports au département.





# Carnet de campagne

## Départementale partielle

### Le gâchis

**Le second tour de l'élection départementale partielle sur le canton Perpignan-Canohès voit le RN l'emporter dans un contexte de forte abstention.**

Le deuxième tour de l'élection départementale partielle s'est conclu sans vraie surprise par l'entrée de Louis Aliot au Conseil départemental. Dimanche dernier, 3 854 électeurs ont voté sur 16 075 inscrits, soit 76 % d'abstentions (83 % à Perpignan). Le binôme Aliot-Muti obtient 1 949 voix, soit 53,5 % des exprimés. Le maire de Canohès, dont « l'esprit de revanche a définitivement cassé sa boussole républicaine », comme le fait remarquer Françoise Fiter, présidente du groupe communiste au Conseil départemental, a offert au RN l'occasion inespérée d'obtenir une avancée supplémentaire. Aliot ne manque pas de jubiler, sans modestie, malgré la très faible participation aux deux tours de cette élection.

Pour autant, la population des quartiers concernés de Perpignan et de Canohès n'a aucune raison de se réjouir. Cette élection s'est jouée sur des thèmes démagogiques et populistes qui n'ont strictement rien à voir avec les compétences du Conseil départemental. Le maire de Perpignan va ainsi détenir un mandat supplémentaire en étant parfaitement inutile à la ville comme au département. Il reste que le département des Pyrénées-Orientales conserve, malgré la perte de deux élus actifs et engagés, une majorité qui agit dans les domaines sociaux, les transports, les collèges et autres.

M.G.



**Réaction de  
Hermeline Malherbe**  
présidente du Conseil départemental  
des Pyrénées-Orientales

« Ce résultat révèle le niveau de la crise sociale, démocratique et politique que nous vivons. L'élection du binôme d'extrême droite Aliot-Muti illustre une nouvelle fois la poursuite de la banalisation médiatique et dans les esprits de l'extrême droite et de ses idées dangereuses. Les thèmes de campagne du RN, déconnectés des vrais enjeux des politiques départementales, n'ont eu d'autre objectif que de diffuser haine et rejet en particulier en direction des migrants.

Le taux d'abstention, en légère évolution par rapport à un 1<sup>er</sup> tour où beaucoup à gauche manquaient à l'appel malgré le danger RN, est resté très préoccupant. Le binôme de droite avec le maire de Canohès dont l'esprit de revanche a définitivement cassé sa boussole républicaine, a offert au RN l'occasion inespérée d'obtenir une avancée supplémentaire. L'ampleur des difficultés de vie de nombreux habitants de ce canton et du département percutés de plein fouet par l'inflation et les politiques nationales ultraréggressives n'a motivé aucun des deux binômes restés en lice à l'issue du premier tour. C'est normal, leurs partis portent ou soutiennent ces

« Cette élection s'est déroulée dans un contexte très particulier, qui n'a aucunement permis une campagne sereine. L'élection du binôme Rassemblement national Louis Aliot - Carla Muti n'en n'est que le triste dénouement. En 2021, les électeurs avaient élu Mathias Blanc et Françoise Chatard, candidats de la gauche au sein de la Majorité départementale. À qui profite le recours de la droite contre le RN ? À l'extrême droite ! Encore une fois, la droite locale fait la courte échelle à Louis Aliot et au Rassemblement national ! La campagne des deux maires de Perpignan et de Canohès était loin des enjeux que porte le Département au moment où la hausse des prix et la précarité énergétique requièrent des actions fortes et concrètes pour le quotidien des habitants. La gauche demeure majoritaire au sein de l'Assemblée départementale, je réaffirme plus que jamais notre projet politique pour un département solidaire, écologiste et citoyen. Nous sommes toujours mobilisés pour soutenir et accompagner toutes celles et tous ceux qui en ont besoin. »

**Réaction de  
Françoise Fiter**

présidente du groupe communiste au  
Conseil départemental

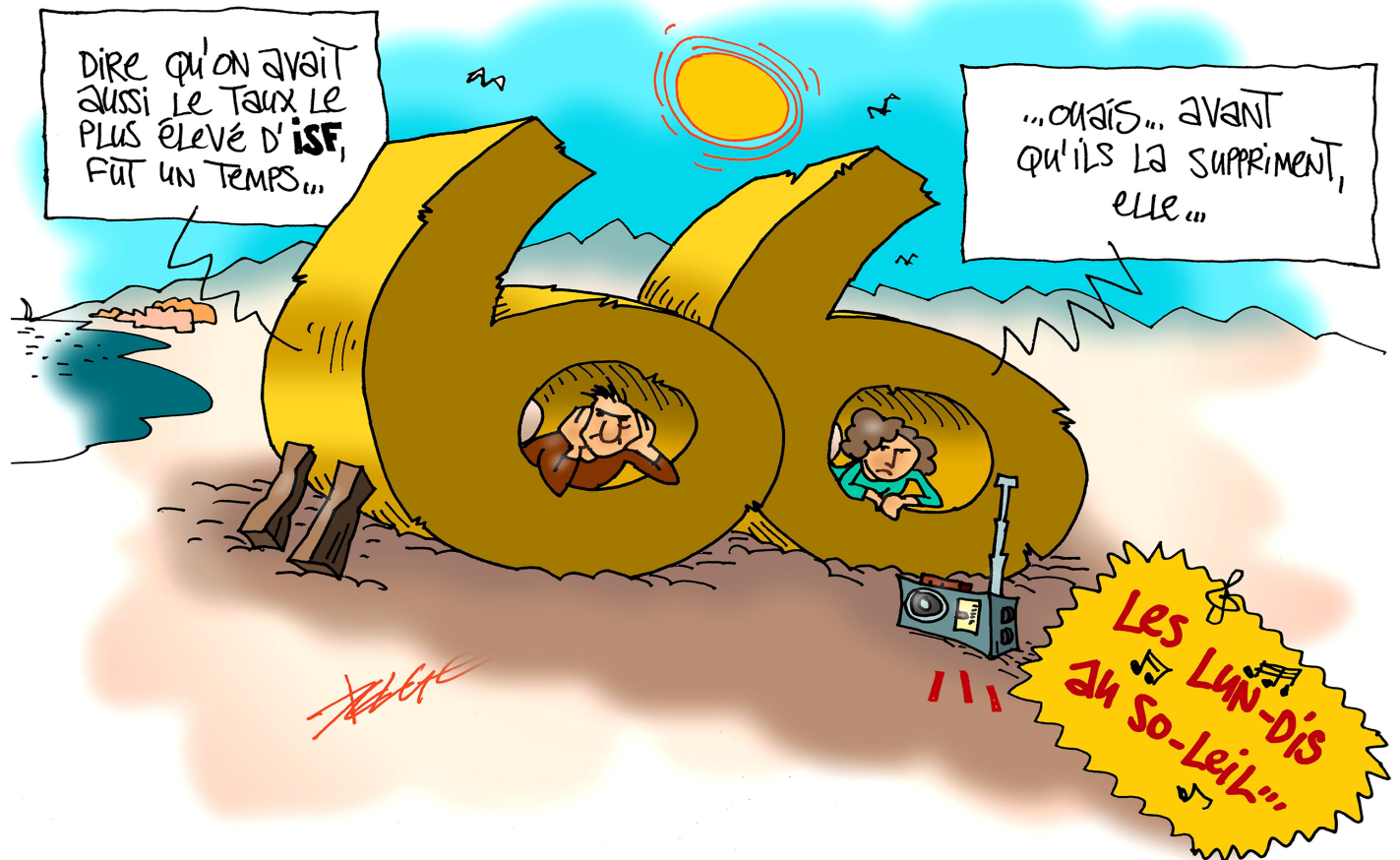


politiques. Quoiqu'il en soit le groupe communiste continuera avec encore plus de détermination à se mobiliser avec la majorité départementale de gauche pour développer des politiques solidaires qui protègent du mieux possible tous les citoyens dans le respect de leur diversité. »

Précarité dans le département...

# La pauvreté se porte trop bien

## Tristes records de pauvreté dans les Pyrénées-Orientales



**La réalité de la misère, dans les Pyrénées-Orientales plafonne dans des sondages qui la mettent dans le peloton de tête des départements français.**

En ouvrant notre page internet avec le mot pauvreté, que lisons-nous en exergue ? « Selon les départements, entre 5 et 25 % des habitants sont pauvres, au seuil de 50 % du revenu médian. Le taux de pauvreté se situe pour les ménages autour de 1 050€. Ce qui est le cas de 21 % des ménages des Pyrénées-Orientales contre 14,7 % en France ». (INSEE 14 mai 2021). Dans la série noire, Tribune Occitanie enfonce le clou : « Au total, 109 405 personnes (soit 22,71% de la population des P.-O.) sont bénéficiaires d'une ou plusieurs aides sociales. Le nombre de personnes couvertes (en incluant les autres membres de la famille) représente 236 315 personnes (soit 49,06%) ».

### Souffrance intergénérationnelle

La majorité de gauche au Département est certes sur le pont pour créer les conditions d'aides multiples pour panser les blessures et tenter des réinsertions. Reste la débrouille à laquelle sont habitués des pauvres frontaliers qui utilisent tout ce qu'ils peuvent pour survivre ici et là. Il suffit de lire régulièrement l'Indépendant pour vérifier la réalité d'une marginalité récurrente dont les mafias profitent pour gérer leurs gains illicites. Reste aussi la chaîne des solidarités qu'il faut saluer, qu'elle soit individuelle ou collective, qui ne s'arrange pas de cet existant intenable. Malgré cela, la pauvreté continue de tarauder le département sous le regard de fer d'un Canigou qui en a vu tant passer avec leur baluchon, y compris pour creuser

ses flancs pour récolter le minerai et le bois.

La pauvreté ne concerne pas que lesdits « marginaux » qui ont décroché et vivent au gré des aides et de la débrouille. Elle s'incruste aussi chez lesdits « normaux », particulièrement les retraités qui, pour beaucoup, les femmes majoritairement, n'atteignent pas les 1 000€ par mois dans un contexte d'inflation galopante. Elle atteint aussi les jeunes qui sont broyés avant même de sortir du cycle éducatif, par la précarité ambiante, les bas salaires et la « flexibilité » de petits boulots. Dans la spirale de la chute, l'isolement que provoque la pauvreté n'incite pas de nombreuses victimes à demander l'aide à laquelle ils ont droit.

### Changer la donne

La solidarité de chacune et chacun et la gouvernance territoriale ne peuvent à elles seules sortir la pauvreté de son tunnel. A cela deux raisons essentielles : – la case « travail » n'est pas au rendez-vous pendant que les patrons imposent la précarité et le moins disant dans un contexte très rétréci d'offres ; – le pouvoir actuel incite à réduire drastiquement les conditions du service public et de la protection sociale.

Le pacte social et républicain est en train de craquer. Dans ce contexte, il est donc urgent de récupérer le trop plein de richesse d'une caste immensément riche qui fait de la pauvreté « secourue » le socle de sa tranquillité.

Yvon Huet

# Solidarité

# Les Restos du cœur, thermomètre de la pauvreté



Remise des jouets récoltés par Orpi.

## Rencontre aux Restos du cœur pour prendre le pouls de la situation des précaires du département.

### Comment sont organisés les Restos du cœur dans les P.-O. ?

Nous avons 600 bénévoles et 21 centres de distribution alimentaire, dont 4 sur Perpignan, ainsi qu'un bureau et un entrepôt. Et nous avons un centre itinérant dit « camion du cœur » en direction des sans domicile fixe qui intervient pour l'instant sur 7 communes « blanches » en Vallespir, dans la vallée de l'Agly et à Perpignan sur Saint-Assiscle et dans le quartier nord de la ville. Il sert environ 350 repas par jour et 300 petits déjeuners. Mais la distribution alimentaire n'est qu'une partie de notre action. Nous avons ouvert en 2008 un accueil Bébé du cœur. Nous sommes en train de récolter des jouets, en par-

tenariat avec l'agence immobilière Orpi depuis 8 ans, qui nous permettra d'égayer un peu le Noël des enfants des familles en difficulté. Nous organisons aussi des cours de français pour favoriser l'intégration.

Mais les centres de distribution nous permettent surtout de développer un rôle qui nous paraît essentiel : favoriser l'écoute et la confiance. Nous pouvons aussi apporter une aide financière ponctuelle via un micro-crédit voire une aide dans la recherche de formations.

### Que pouvez-vous nous dire sur les bénéficiaires ?

Nous avons relancé la campagne le 22 novembre. En une semaine, nous avons eu une

augmentation de 23% de demandes par rapport à l'an dernier. Un chiffre énorme, révélateur des difficultés accrues par l'inflation. Le nombre de jeunes de moins de 25 ans est aussi en hausse. Il atteint 40% des bénéficiaires au niveau national. Il y a aussi de plus en plus de retraités. Ce sont des gens qui n'ont pas de dette. Mais qui une fois payés le loyer et leurs factures n'ont plus de quoi se nourrir. C'est un crève-cœur de les voir gênés, voire honteux de faire appel à nous.

### Votre dernier mot ?

On se croit tous à l'abri. Mais la dégringolade est vite arrivée. Un licenciement, un divorce, ça peut arriver à n'importe qui.

Anne-Marie Delcamp

## Rencontre ....

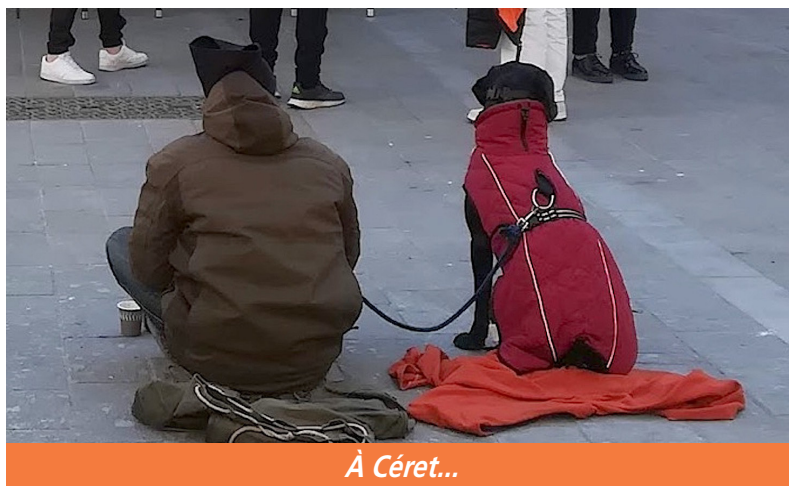


Lors d'une des soirées organisée par l'association *Les chœurs d'artichaut* à Villelongue-de-la-Salanque, au bénéfice des *Restos du Cœur*, Romain Colucci a déclaré :

**" Les Restos du Cœur sont les seuls restaurants qui voudraient fermer ".**



Romain Colucci



À Céret...

## annonces légales - annonces légales

### AVIS DE CONSTITUTION

Aux termes d'un acte SSP du 30/11/2022, il a été créé une SASU présentant les caractéristiques suivantes :

Dénomination : Arch'Invest

Durée : quatre-vingt-dix-neuf ans à compter de son immatriculation au RCS de PERPIGNAN

Siège social : 71 Av de la Mer, 66740 MONTESQUIEU DES ALBERES

Capital : 1000 euros

Objet : Réalisation, achat et vente de tous immeubles à usage d'habitation, toutes opérations immobilières,

promotion immobilière, achat de terrains en vue de leur vente après lotissement, activité de marchand de biens.

Président : Arnaud SANTANA, demeurant 71 Av de la Mer, 66740 MONTESQUIEU DES ALBERES.

Admission aux assemblées et droit de vote : Tout associé peut participer aux décisions collectives sur justification de son identité et de l'inscription en compte de ses actions au jour de la décision collective. Sous réserve des dispositions légales, chaque associé dispose d'autant de voix qu'il possède ou représente d'actions.

Pour avis

Le président

## Transport

# Le Train Jaune dont nous avons besoin

**Cette année, l'Assemblée Générale annuelle du Comité des Usagers de la Ligne du Train Jaune (CULTJ) revêt un caractère particulier.**

La sortie du manifeste intitulé « *Le Train Jaune dont nous avons besoin* » sous forme imprimée, en constitue une initiative simultanée à laquelle le comité souhaite donner un aspect solennel. « *Par sa présence, Jean-Luc Gibelin, vice-président régional aux transports, témoigne de l'importance accordée par la Région à cette démarche. C'est à la fois un signe de reconnaissance et une marque de respect à l'égard du travail, il faut bien le dire phénoménal, que l'association a mené depuis sept ans* » précise ainsi le communiqué du comité d'usagers.

## Un manifeste ?

« *Certainement pour exprimer un engagement citoyen durable en faveur du développement du transport ferroviaire sur une ligne TER ...* » répondent les adhérents du Comité.

## Aujourd'hui ?

Bien sûr, c'est l'urgence du moment, climatique et économique qui commandent. La raison, tout simplement. « *Il est impératif d'organiser une mobilité douce durable* », dans le cadre d'une organisation multimodale adaptée.

## Pourquoi ?

« *C'est un train du quotidien dont nous avons besoin. Il n'est plus supportable qu'une ligne en cours de rénovation, donc déjà plus performante, plus rapide aujourd'hui, ne soit pas mise au service des habitants de tout un canton* ». À lire dans le manifeste.

## Vigilance face à la SNCF et à l'État

Par ailleurs, les usagers alertent quant aux intentions réelles de l'entreprise nationale. « *Au cours d'une réunion avec toutes les associations d'usagers du département, un cadre de la SNCF a finalement « craché le morceau » comme on dit en déclarant « De par ses faibles performances, le Train Jaune ne peut pas être un train du quotidien... »*. Face à cet aveu, le comité d'usagers de la ligne du Train Jaune réitère son exigence d'un retour graduel, mais rapide au service public dont la première action visible serait la mise en service d'un train tôt le matin avec un retour en fin d'après-midi qui permette aux habitants du territoire de pouvoir faire un aller-retour à Perpignan dans la journée.

Michel Marc

## Avec Elias Sanbar

### Solidarité avec le peuple palestinien

La section LDH Perpignan/Pyrénées-Orientales a reçu, le 3 décembre dernier, à la suite de son assemblée générale à salle de l'Union de Céret, Elias Sanbar, écrivain, poète et historien, qui fut défenseur du peuple palestinien à l'UNESCO jusqu'en 2021 et participa aux négociations d'Oslo dans la délégation palestinienne en 1993. Il a fait l'analyse de la situation en Palestine à la suite des élections israéliennes qui ont consacré la dérive d'une gouvernance qui enferme la communauté palestinienne dans un étau honteux de sous-citoyenneté, confortée par les USA qui font pourrir une situation de plus en plus explosive autant qu'insoutenable. Il ne se passe pas un jour où une ou un jeune palestinien ne tombe sous les balles d'une armée au service de la colonisation de tous les territoires palestiniens. Dans le même temps, la logique de guerre intérieure imposée crée une situation de crise économique et climatique intense dont les conséquences risquent bien d'être catastrophiques pour le pays et la région. L'heure est donc à la solidarité pour empêcher le gouvernement israélien de continuer sa salle besogne contre les droits humains, en l'occurrence le droit des Palestiniens de vivre respectés dans un État de droit.

Yvon Huet



*Le Train Jaune, un train du quotidien.*

**Présentation du manifeste**  
**« Le train jaune dont nous avons besoin »**  
**Samedi 17 décembre à 10h**  
**à Saint-Pierre-dels-forcats.**

## Mixité sociale

**Parcours d'une instit**

Suite de l'interview de Nadège Figuerola parue dans le N°3953.

**Interview****Avez-vous le sentiment d'une aggravation ?**

Oui et non. J'ai plutôt le sentiment qu'en ce qui concerne les écoles non mixtes, rien n'a changé...

À part l'implication des enseignants qui, pour « *sauver leur peau* », ne sont pas prêts à sacrifier leurs vies (même si beaucoup y consacrent encore énormément de temps et d'énergie).

L'aggravation se situe surtout au niveau des moyens alloués qui fondent comme neige au soleil et, surtout, le manque de réflexion collective sur ces sujets. Dans et autour de mon collège, plusieurs personnes travaillent auprès de la population gitane (enseignants, éducateurs de quartier, coordonnateurs, police de proximité, associations de quartiers, etc.), mais nous n'avons quasiment jamais de temps pour croiser nos regards et travailler ensemble. Un colloque par-ci, une matinée pédagogique par-là, mais ça ne suffit pas pour créer une dynamique sur le terrain... Au mieux, ça donne bonne conscience à ceux qui les organisent ! Du coup, lorsqu'on bosse là-dedans, tout semble décousu et rien n'a véritablement de sens... Pour imaginer mon propos de manière humoristique, je dirais que tout le monde a la tête dans le guidon et pédale dans la choucroute ! (C'est pas comme ça qu'on va gagner le Tour de France !)

**Quel vous semble être le vécu des élèves devant ce qui peut apparaître comme une exclusion, une ségrégation ?**

Clairement, ils ne le ressentent pas ainsi parce qu'ils sont nés dedans et que leur vie a toujours été comme ça. C'est une sorte de normalité, une manière de vivre qui n'est pas comme les autres mais qui va bien à tout le monde. En ce qui concerne les gi-

tans, ils sont tellement habitués à vivre entre eux qu'ils ne veulent pas être mêlés aux « *païos* ». C'est sans doute par peur et méconnaissance des autres, mais en tout cas c'est plus simple comme ça.

Bien sûr, certains gamins souffrent de cette situation car ils ont conscience que leur avenir est déjà tout tracé, mais on dirait qu'ils se font une raison et semblent l'accepter, de gré ou de force. Nous n'avons pas tellement de solutions à leur proposer, et c'est ça qui est le plus triste...

Ce qu'on peut faire, nous, en tant qu'enseignants, c'est leur apporter notre soutien et les encourager à aller plus loin en leur donnant des outils pour y arriver. Malheureusement, on sait que ces outils-là sont en plastique et ne leur suffiront pas pour affronter ce qui les attend. Parce que lorsqu'on est du côté des laissés-pour-compte, il faut plus de forces et de courage que les autres, ne serait-ce que pour croire en ses rêves !

En conclusion et après relecture, je dirais que mon témoignage pourrait être rajouté sur la pile des « *Désillusions* » ! Comme tant d'autres je suppose, je suis désormais navrée de constater que l'immobilisme ambiant a fait ses preuves et que cette volonté de gestion économique et budgétaire a réussi à user celles et ceux qui n'ont jamais cessé de croire qu'un autre monde est possible...

Mon cartable n'est pas rempli de propositions super pertinentes avec des solutions clés en mains pour que tout le monde vive ensemble, mais dans ce cartable-là, y a plein d'amour pour des enfants aussi attachants que perdus... Au bout de 18 ans de bons et loyaux services dans l'Éducation nationale, je crois finalement que tout ce qui nous tient, c'est tout ce qu'il nous reste : l'amour.

Propos recueillis par J.-M.P.

**En Català****Mots nous i expressions populaires**

-Ja tenim una nova fornada de paraules noves al Diccionari de la Llengua Catalana.

-És veritat, com cada any al mes de desembre l'IEC (l'Institut d'Estudis Catalans), publica l'actualització del diccionari. M'agrada, vol dir que la llengua és viva, que evoluciona.. Quines novetats tenim enguany?

-Per exemple *cisgènere*, *femicidi*, *metabolitzar*, *negacionisme*, *resilient*, *trans* o *transidentitat*.. En total l'IEC incorpora 21 noves paraules..

-Com sempre paraules i conceptes que ja existien i ja s'utilitzaven malgrat que eren pas al diccionari... Aquestes actualitzacions del diccionari, siguin en la llengua que siguin, reflecteixen sobretot els debats i les problemàtiques de la societat en un moment donat.

-Ben segur. Mes també entren paraules molt catalanes com « *acotxador* », ja hi havia aixecador. És un mot tècnic del món dels castellers, l'*acotxador* és el penúltim mainatge que puja a dalt de la torre humana i a sobre del qual passa el més petit, l'*enxaneta*.

-Això sí que deu ser un trencaclosques pels traductors de català a altres llengües oi?

-Sí és això que t'agrada, a part de les noves paraules l'IEC introdueix també locucions com « *agafar algú amb els pixats al ventre* », per dir que l'han enxampat desprevingut, sorprès en fraganti, al mal moment. És bonic no?

-Sé pas si dir-ne bonic seria lo més convenient, mes en tot cas són aquestes expressions del llenguatge popular que m'agraden. És pas per provocar ja ho sabes...

-I un be negre amb potes rosses; ben segur que t'agrada provocar.

-?

-Vol dir que te crec pas. Malgrat tot lo dels pixats al ventre o parlar d'agafar algú pels ous -una altra expressió que s'incorpora- encara que a partir d'ara són reconegudes al diccionari de la llengua catalana belleu és pas gaire elegant ni acadèmic segons amb qui parles.

-En tinc els collons plens del parlar elegant i acadèmic! Exact

-Bingo: també és acceptat, parles com un diccionari!

C&amp;C

**Découvrez d'autres articles chaque semaine sur le site**

Top 14

## Toulouse reste Toulouse

**L'USAP s'incline fort logiquement à Toulouse non sans avoir bien résisté (34-13).**

Le planxot du stade Ernest-Wallon affichait encore (6-6) à la trente troisième minute d'un match que les Catalans avaient décidé de jouer à fond contrairement au déplacement à La Rochelle quelques semaines plus tôt. L'USAP savait très bien qu'il fallait résister avant la cinquantième minute, instant où allait pénétrer sur le terrain la belle armada de remplaçants toulousains, des jokers XXXL tous internationaux, Dupont, Jelonch, Marchand...

**Une erreur d'inattention de l'USAP**

À six minutes de la pause, le Stade Toulousain, en inscrivant le premier essai du match prenait un avantage, mais qui ne s'avérait pas déterminant tellement l'USAP était bien en place en défense. Merci Gérald Bastide encore une fois ! Malheureusement quatre minutes plus tard, une erreur d'inattention (interdite à ce niveau professionnel!) faisait basculer la rencontre en faveur des locaux. Un coup franc pour Toulouse à quinze mètres de l'enbut catalan était rapidement joué alors que l'USAP tardait à se mettre en place. Essai toulousain au pied des poteaux. Boum badaboum ! Comme chantait Minouche Barelli à l'Eurovision 1967 (Fa molt de temps!). Et l'USAP était décrochée (20-6). Un tournant ? Assurément, quand on sait que le gros banc de remplaçants allait fouler la pelouse dix minutes plus tard. Malgré tout, les Catalans avaient décidé de résister, de s'arc-bouter en défense. Obligant même les locaux à sortir le grand jeu pour aller récupérer un bonus offensif... pas vraiment mérité en fait.

**Une erreur d'inattention des arbitres**

Un magnifique essai des avants catalans faisait encore douter « Les Dieux du Stade ». Or le quatrième essai toulousain, synonyme de bonus, même

bien construit, était entaché d'un énorme en-avant, très visible par les arbitres, et qui, même décortiqué à la vidéo, fut accordé. Cela ne changeait, bien entendu, rien au résultat final, car l'USAP avait bel et bien perdu, mais octroyait le point de bonus offensif à des Toulousains qui, objectivement, pouvaient s'estimer heureux. Peu importe car l'USAP repartait de Toulouse les mains vides. Mais dans la tête quelques certitudes.

**Que manque-t-il à l'USAP ?**

Oh ! Surtout évitons de comparer l'effectif catalan au monstrueux effectif du Stade Toulousain. La différence de budget (43,7 M d'euros pour Toulouse et 17,9 pour l'USAP) donne, bien entendu, une idée de ce que représente l'effectif des Toulousains par rapport à celui des Catalans. Patrick Arlettaz reconnaît aussitôt que « l'USAP ne joue pas dans la même catégorie », mais les joueurs au blason doivent savoir se surpasser devant les grandes écuries. Le problème réside dans le fait que les Catalans ont du mal à rester concentrés durant les quatre-vingts minutes d'une rencontre.

Défense, état d'esprit, rigueur au combat et même discipline commencent à être des valeurs sur lesquelles l'USAP peut s'appuyer. Par contre force est de constater que le système offensif n'est pas au top. Est-ce dû à l'entente Deghmache-Tedder à la charnière qui ne fluidifie pas suffisamment le jeu et à partir de laquelle il est difficile de proposer quelque chose d'efficace ? Le manque de solutions des centres les oblige à jouer au pied et, de fait, à rendre le ballon à l'adversaire.

Les deux matchs de Challenge Cup à venir, dont l'USAP ne fait pas sa priorité, devraient permettre aux sang et or de figoler ces petits points déficients.

**Fins aviat !****Jo Solatges**

Caveau Dégustation Ventes  
Restaurant chez le Vigneron

vigneron  
independentAGRICULTURE  
BIOLOGIQUE

Ouvert tous les jours de 9h30 à 19h30

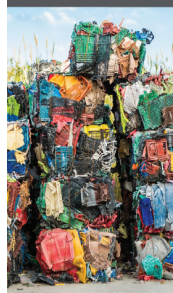


39, Av du Gal de Gaulle - 66220 St Paul de Fillet  
Tél. +33 (0)6 18 70 62 24  
(Sortie du village en direction de Foix)



**TUBERT**  
ENVIRONNEMENT

Pour un traitement plus responsable de vos déchets.

**Siège du Groupe**

52 route de Bages

66200 ELNE

Tél. 04 68 22 08 59

Mail : contact@tubert.eu

**Déchetterie professionnelle**

Chemin de Charlemagne

66200 ELNE

Tél. 04 68 21 00 40

Site : www.tubertenvironnement.fr

# Avant-première

## Le paradis sur terre



**Corruption, prises illégales d'intérêts, détournement de fonds publics et mensonges font malheureusement la Une de la presse écrite et audiovisuelle.**

L'avant-première du documentaire « *la (Très) grande évasion* » (durée 1h54mn) a eu lieu en présence du réalisateur Yannick Kergoat au Clap Ciné de Leucate et Canet. Il retrace le fonctionnement, les conséquences et enjeux de l'évasion fiscale. Pari réussi pour Yannick Kergoat qui réalise un film accessible au grand public sur les mécanismes sophistiqués de l'évasion fiscale des plus grandes entreprises et fortunes mondiales et sur leur très étroite connivence avec un système politico-économique qui, pourtant, ne cesse en apparence de dénoncer ces pratiques.

### Il n'y a pas d'argent magique (dixit Macron)

Lors des scandales des *Panama Papers* et des *Pandora Papers*, les noms de membres de gouvernement de nombreux pays ont fait partie de la liste des évadés fiscaux complétée par le nom des pays d'accueil des grandes fortunes et des sociétés offshores qui font office d'écrans de fumée. Dans le film, personnalités politiques et représentants des multinationales, prises pourtant la main dans le sac, allèguent de leur vertu et de la légalité de leurs agissements pour ne pas payer l'impôt, notamment Apple, Google, Amazon, Air-

bnb, le Luxembourg, les banques, Balkany, Cahuzac, les consultants en optimisation fiscale et les États cherchant à attirer les capitaux. Le documentariste Yannick Kergoat et le journaliste Denis Robert ne cachent pas leur engagement et amènent à la conclusion que « *l'évasion fiscale est un sport réservé aux très riches* » dans un environnement étatique dominé par des oligarchies, les pots cassés étant payés par les PME et les classes moyennes, et par extension, la quasi-totalité des populations qui se voient privées de services publics, jouets d'un monde où « *l'argent magique* » existe mais est hors de portée du bien commun.

### Étrennes 2022

Tandis que certains Français suivent le feuilleton des votes du budget avec son lot de 49-3 et motions de censure, l'évasion fiscale représente environ 8% de la fortune du monde entier, soit environ 7 000 milliards d'euros. En France, elle représente environ 100 milliards d'euros par an. Soit à peu près 1/3 de ses recettes fiscales, une somme à comparer aux 55 milliards du budget de l'Éducation nationale qui viennent d'être votés ou aux 9 milliards alloués au ministère de la Justice.

Ray Cathala

## Où sortir ?

### Perpignan

**Cathédrale Saint-Jean-Baptiste** | Dimanche 11 décembre à 20h30 | Musique, concert - **Candlelight** | De 15€ à 40€.

**Église La Réal** | Dimanche 11 décembre à 16h | Concert de Noël - **Chœur de chambre de Perpignan** | Gratuit.

**Palais des Congrès** | Vendredi 9 décembre à 20h30 | Musique, concert - **Les virtuoses** | De 32€ à 36€.

Lundi 12 décembre à 20h30 | Musique, concert - **Voca People** | De 38€ à 45€.

Mardi 13 décembre | Théâtre - **Drôle de genre** | De 39€ à 53€.

**El Mediator** | Vendredi 9 décembre à 20h30 | Concert - **R.Can** | 20€.

Jeudi 15 décembre à 21h | Concert - **Something spécial Ska Explosion** | Gratuit.

**Théâtre des Possibles** | Mercredi 14 décembre à 18h | Théâtre - **La petite fabrique de fables** | 12€ - réduit 8€ - enfant 6€.

**La Comédie des K'Talents** | Du 15 au 17 décembre à 20h30 | Théâtre - **L'aristo du cœur** | 17,50€ - réduit 14,50€.

### Banyuls-sur-Mer

**Église Saint Jean-Baptiste** | Dimanche 11 décembre de 17h à 18h30 | **Concert de l'Avent avec les Diam's de Pia** (jazz) | Gratuit.

### Canet-en-Roussillon

**Église Saint-Jacques** | Dimanche 11 décembre à 18h30 | **Concert - Libere** | 20€ - abonné / réduit 16€ - enfant 8€.

### Céret

**Salle de l'Union** | Vendredi 9 décembre à 20h30 | Théâtre - **L'éducation de Rita** | 10€.

### Elné

**Le village** | Samedi 10 décembre à 14h30 | **Plantada & Trobada gegantera** | Gratuit.

### Le Boulou

**Salle Les Échards** | Dimanche 11 décembre à 17h | **Concert musiques classiques avec danseurs classiques** par l'Orchestre Nationale de Catalogne | 15€ - enfant 12€.

### Les Angles

**Salle Angleo** | Jeudi 15 décembre | Concert France Bleu Live - **Jérémy Frérot** | Vendredi 16 décembre | Concert France Bleu Live - **Yannick Noah** | Gratuit.

### Port-Vendres

**Cinéma théâtre Vauban** | Dimanche 11 décembre à 17h | Théâtre comique - Un air de famille | 8€ - réduit 6€.

Découvrez d'autres articles chaque semaine sur notre site



Scan Moi

# Cinéma

## Comédie chez les Soviets



**L'institut Jean Vigo projette le 15 décembre, dans le cadre d'un ciné-concert « Trois dans un sous-sol », film de 1927 issu des productions d'État soviétiques. François Amy de la Bretèque\*, universitaire, nous en parle.**

### **Pouvez-vous présenter les productions d'État soviétiques ?**

Le cinéma est nationalisé en URSS dès 1919. Sont créés des studios d'État (Mosfilms) et des filiales dans les républiques. Au début subsistent certaines structures indépendantes qui vont disparaître avec le premier plan quinquennal (1928-1933) lequel apparaît juste au moment où ailleurs dans le monde s'opère la transition du muet au parlant. La planification est la principale explication de la prolongation du cinéma muet dans le pays : l'équipement n'y avait pas été prévu.

Les années postrévolutionnaires ont été une période d'expérimentation et d'invention dans tous les arts, le cinéma inclus : Poudovkine, Koulechov, Eisenstein, Vertov et d'autres en sont les exemples les plus connus et mondialement célèbres. Ce cinéma a été révélé au monde en 1926 avec la projection dans les ciné-clubs et circuits militants du *Cuirassé Potemkine*. Mais la production reste faible. On ne tourne que 60 films en 1924-25 dont tous ne relèvent pas de l'expérimentation : il faut aussi distraire le public, "faire rire les bolcheviks". C'est alors que le genre comique a été particulièrement florissant, et cela en partie pour des raisons de contexte politique. Entre la fin de la NEP et la promotion du réalisme socialiste comme doctrine officielle en 1929, un bref "interrègne" ouvrit une fenêtre de liberté.

### **Le film, *Trois dans un sous-sol* ?**

L'année où sort le film de Mikhaïl Romm (1927), on est tout à la fin de cette période d'invention, de relative liberté, dans la forme comme dans le

contenu.

Trois dans un sous-sol met en scène des ouvriers ordinaires dans leur vie quotidienne marquée par les difficultés de logement et les chantiers qui bouleversent la ville (Moscou). Une émigration intérieure vient grossir la population. Le chef d'équipe Kolia accepte d'héberger son ancien camarade Volodia qui a trouvé un emploi de typographe. Les deux jeunes héros masculins doivent cohabiter avec la femme du premier, Lioudmila, qui est au foyer mais souhaite acquérir son indépendance. Un trio amoureux se met rapidement en place. La vie à trois est joyeuse, animée par une liberté de mœurs qui étonne un peu aujourd'hui mais qu'il faut voir comme le reliquat du libertinage des débuts de la révolution.

La fin du film aborde la question de l'avortement qui lui confère un ton plus grave, même si traitée sur un mode caricatural. Avec le temps elle prend aujourd'hui un sens étonnamment féministe. Lioudmila est une héroïne émancipée et débrouillarde qui prend son indépendance au dénouement. Le tournage largement en extérieur a pris avec le temps une forte valeur documentaire et une aura poétique, deux domaines où le cinéma soviétique a toujours excellé.

Le film, muet, sera donné en ciné-concert avec Virgile Goller, accordéoniste et Marielle Rouifeld, violoncelliste et chanteuse.

Recueilli par Nicole Gaspon

\*François Amy de la Bretèque est professeur émérite en études cinématographiques à l'Université Paul-Valéry Montpellier 3.

## Livre

### **« Permafrost » de Véronique Ozanne (Ed. Baudelaire)**

D'une auteure d'ici, ce premier roman se présente comme une fiction écologique avec un côté science-fiction, un autre roman historique. On y voyage dans le temps, entre la Grande Guerre et les années 2050, dans l'espace, entre Russie, Canada, France à ces deux périodes. Les soubresauts de l'histoire sont très présents, et, surtout, la nature, la disparition d'espèces, le réchauffement climatique, lequel en 2050 est bien installé, ses effets délétères sont finement décrits. C'est visiblement le souci majeur de l'auteure, son livre est un vibrant plaidoyer pour agir aujourd'hui avant qu'il ne soit trop tard.

Un ouvrage foisonnant, donc, avec un réel parfum d'aventure, des personnages attachants, de l'amour, de l'amitié, de la solidarité. À plusieurs décennies de distance les préoccupations de l'héroïne du temps futur et du héros des années 1914-1918 se rejoignent. Ils mènent une lutte incessante contre l'adversité, affrontant mille périls pour poursuivre leurs recherches vers un mieux-être des vivants et de la planète. Vive la science !



# Amis d'Alain Marinaro

## Chants de Noël et gospels



De g.à dr. F.M.Rignol, Gisèle Xerri-Vacher, Michel Cazenove, Hélène Daviaud.

### En attendant Noël, à Banyuls-sur-Mer, « Les chants de si de la » ont célébré l'Avent avec chants sacrés, extraits d'opéras et gospels.

Is sont trois. Deux chanteuses : Gisèle Xerri et Hélène Daviaud, sopranos, qui ont créé il y a 25 ans *les Chants de si de la* ; un chanteur Michel Cazenove, baryton. Accompagnés au piano par François-Michel Rignol, ils ont offert aux banyulencs un bel ensemble de vingt airs, célèbres ou moins connus. Inévitables Ave Maria, celui de Schubert, bien sûr, mais aussi un de Verdi, deux de Saint-Saëns, un à une voix, un à deux voix et Ave Verum de Mozart. Le baryton ouvrit sa série avec

la Prière du Cid de Massenet avant le Panis Angelicus de César Franck. Chanteur et chanteuses, tantôt seules, tantôt ensemble, interprétèrent Bach, et les familiers Addio del passato de la Traviata, la Ballade du roi de Thulé de Faust, les Stances de Nilakantha de Lakmé. Ensuite, après Alleluia de Mozart, Arioso de Diaz, Sarabande de Haendel, L'Automne de Mendelssohn, deux Gloria de Verdi, et Amazing Grace, le groupe livra en chœur un final retentissant avec l'entraînant Joshua fit the

battle. On appréciait la qualité des voix, la beauté des solos, le charme de l'accord de deux voix, les délicats changements de costume qui donnaient du pep's à l'ensemble. Un concert original, de bout en bout maîtrisé grâce à l'accompagnement de F.M. Rignol, aussi discret que sûr et efficace. Un nouveau grand plaisir comme savent si bien nous en proposer Dalila et Jean-Yves Marinaro, toujours inépuissamment présents.

Y.L.

## L'actu vue par **TELGE**

La baguette tricolore au Patrimoine : quoi d'autre ?...



[www.letc.fr](http://www.letc.fr)

# SÉCURISER UN VIRAGE OU RAMASSER LES DÉCHETS ?

José est mobilisé pour  
que vous puissiez circuler.  
**Pas pour nettoyer  
derrière vous.**



[leDépartement66.fr](http://leDépartement66.fr)

Création & exécution: Direction de la communication - Département des Pyrénées-Orientales - © Photo: M. Jausac - 11/22

## Festa Major 2022

Du 9  
au 21  
décembre

# Santa Eulàlia



Retrouvez le programme  
[www.ville-elne.fr](http://www.ville-elne.fr)



Partenaires de l'événement :  
L'école de musique d'Elne,  
Indians de l'Albera



Programme

**Dimanche 11**

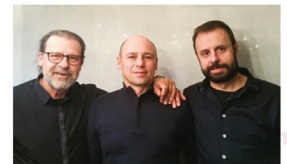
Organisateur : équipe liturgique

**PROCESSION / PROCESSÓ**

**10h00 - Départ place de la**

**République / Sortida plaça Major**  
Bustes reliquaires des Saintes Eulalie  
et Julie.

*Bustos reliquiàries de les Santes Eulàlia i  
Júlia.*



**FESTIVAL D'HAVANERES**

**15h00 - Salle des Fêtes**

*Sala de festes*

Organisateur : association « Indians de l'Albera »

**Groupes : Els Pescadors de l'Escala -  
Boira - Peix Fregit**

**OFFICE RELIGIEUX**

**OFICI RELIGIÓS**

**10h30 - Cathédrale / Catedral**

Animé par la cöbla « Contemporània »  
et la chorale Ste Eulalie.

*Animat per la cöbla "Contemporània" i  
el cor Sta Eulàlia.*

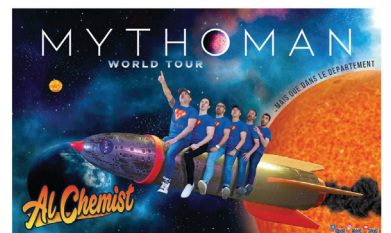
**SARDANES**

**11h30 - Parvis de la cathédrale**

*Pla de la catedral*

Organisateur : Mairie d'Elne

**Avec la cöbla « CONTEMPORÀNIA »**



**CONCERT AL CHEMIST**

Organisateur : Mairie d'Elne

**17h00 - Salle des Fêtes**

*Sala de festes*



Sécurité sociale de l'alimentation

## Nourrir l'Avenir !



*Quelles sont les conditions pour poser un droit universel à l'alimentation ?  
Comment ce qui est privatisé et donne lieu à spéculation peut-il devenir  
un commun accessible à tous ?*



**Pascal Lachaud, membre de la commission Écologie du PCF, donne des pistes de réflexion qui ouvrent le débat.**

« Aucun changement ne se décrète s'il n'est accompagné, c'est-à-dire réalisé en pleine conscience. La révolution alimentaire n'est pas protéique, végétarienne ou végane, elle est anticapitaliste et fonde le cadre du changement. Il pourrait se légiférer dans le cadre d'une Sécurité sociale de l'alimentation en tenant compte des retours d'expériences et des alternatives tissées patiemment durant trois décennies par des pionniers. Décréter que le droit à l'alimentation devient constitutionnel pourrait déjà constituer le socle de la reconnaissance qu'il devient universel et inaliénable afin que plus aucun être humain ne survive de la mendicité alimentaire. L'alimentation ne peut plus être source de spéculation aux dépens des peuples. Un nouveau système alimentaire est à construire afin de produire une alimentation digne et accessible à tous.

### Partage des biens communs

Seule la puissance publique d'État, décentralisée, et les collectivités territoriales sont en mesure de réparer les méfaits de la marchandisation de l'alimentation et de l'agriculture. Poser ce principe consiste à articuler le partage des biens communs, dont l'alimentation, en préservant les ressources telles que l'eau, la terre, l'air et la biodiversité sauvage et cultivée. Cela équivaldrait à remplacer la Carte Bleue par une carte Vitale

de l'accès à une alimentation diversifiée, de saison, bio ou équivalente. La réorientation des systèmes alimentaires en serait donc impactée, car les conditions sociales et environnementales seraient l'alpha et l'oméga de la démarche.

Avec la rigueur que cela imposerait, l'INRA et les laboratoires de recherche publique pourraient investir dans l'amélioration des techniques de production en agronomie des sols et du vivant, dans la recherche sur les semences paysannes en utilisant les savoir-faire ancestraux. Sortir de la marchandisation consiste à contester le pouvoir des seuls actionnaires sur notre alimentation, et donc à taxer une grande partie des résultats de l'agroalimentaire pour réorienter les processus de fabrication et le contenu des transformations alimentaires afin de réinvestir la qualité en place des exhausteurs de goûts.

Il ne pourra y avoir de cercle vertueux que si les citoyens exigent une alimentation digne, et donc une réorientation de la grande distribution, qui devra remplacer le packaging par une distribution accessible dans les villages et les quartiers en lien avec les commerces existants... et supprimer emballages et suremballages. La planification alimentaire remplacera les gaspillages et destructions de production et assurera la juste rémunération des paysans et des salariés du secteur. Le cadre de travail sera impulsé par un

levier d'action, celui de la restauration collective sociale qui doit réorienter le contenu de l'assiette en intégrant les produits bio et équivalents du bassin de production. Cette restauration devra aussi assurer sa révolution culturelle, car retravailler des produits frais et bruts nécessite formation des personnels, investissements matériels et accompagnants de terrain.

### Démocratie alimentaire

Pour que l'alimentation digne devienne accessible, le service public devra reprendre la main là où l'expérience a été abandonnée voilà quarante ans, en partie du fait de la désindustrialisation massive. Qui empêche une collectivité territoriale aujourd'hui d'ouvrir un restaurant à tous ses administrés, au-delà des enfants scolarisés, aux personnels de la commune, aux personnes privées d'emplois et précarisées, aux personnes âgées, à tous les travailleurs ? De véritables restaurants municipaux, départementaux ou régionaux pourraient voir le jour là où les infrastructures existent et sont largement sous-utilisées. Cela nécessitera bien sûr que la puissance publique embauche et forme des centaines de fonctionnaires pour faire face à ce nouveau défi du XXI<sup>e</sup> siècle qui doit s'inscrire dans la justice sociale et la dignité. »

**Propos recueillis par Evelyne Bordet**



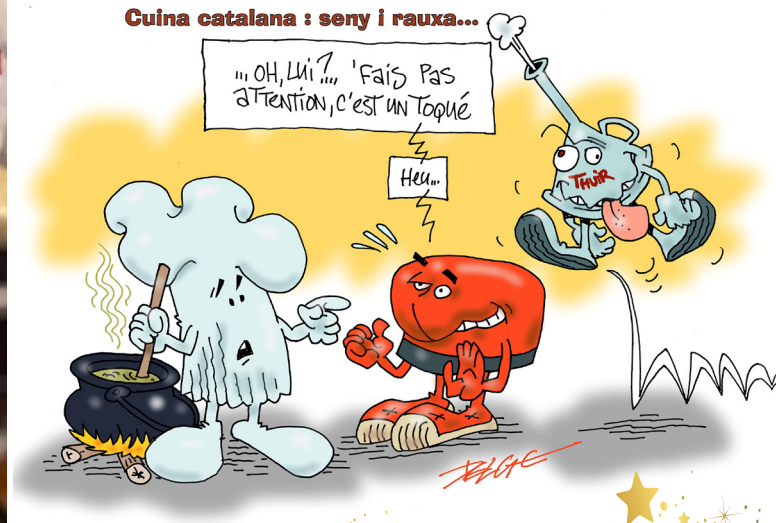
# Repas de fêtes à prix doux

avec *Barboufat*

La sobriété financière n'empêche pas l'originalité et la qualité de la nourriture. Privilégier les produits de saison, cuisiner maison et une présentation des plats avec goût en mettant plein la vue à vos convives.

Voici quelques idées de recettes pour allier porte monnaie maigrelet et fêtes familiales (toutes les recettes sont pour 10 personnes, avec un coût estimé par personne)...

## Cuina catalana : seny i rauxa...



## À tartiner pour l'apéro

1,50€/pers



## La terrine de foies de volailles

### Ingrédients :

800gr de foies de volailles, 4 échalotes, 250gr de beurre, 20cl de Banyuls ou de Muscat de Rivesaltes, sel, poivre et thym.

### Ustensiles :

Un faitout, une cuillère, une terrine, un mixeur, un plat creux.

### Réalisation :

Faire mariner au réfrigérateur les foies de volailles une nuit dans un plat creux avec le vin doux. Éplucher et émincer l'échalote, faire revenir avec un peu de beurre dans le faitout, puis ajouter les foies égouttés. Cuire 5 minutes et retirer les foies. Les réserver. Verser la marinade pour déglacer, saler, poivrer et ajouter le thym. Laisser cuire quelques minutes. Garder un peu de liquide. Dans le mixeur, mettre les foies, le beurre et la sauce. L'actionner pour obtenir une pâte homogène. La placer dans la terrine et laisser reposer au réfrigérateur jusqu'à refroidissement. Décorer avec des cornichons en lamelles.



## Entrées

### Vol-au-vent aux légumes



2,50€/pers

#### Ingrédients :

10 croûtes à bouchée, 100gr de beurre, 500gr de blanc de poireaux, 250gr de carottes, 250gr de panais, 200gr de petits pois surgelés, 4 gousses d'ail, 20cl de vin blanc, 6 cuillères à soupe de farine, 30cl de lait, 150gr de fromage de chèvre, muscade, sel et poivre.

#### Ustensiles :

Faitout, cuillère, casserole, fouet, plaque de cuisson, four.

#### Réalisation :

Laver et éplucher les poireaux, les carottes, les panais et les découper en julienne. Placer le tout dans le faitout avec 50gr de beurre et faire sauter 10 mn. Déglacer au vin blanc, ajouter les petits pois et cuire lentement. Réserver. Dans la casserole, faire fondre 50gr de beurre et y jeter la farine pour cuire une minute en remuant au fouet. Incorporer le lait et mijoter 10 minutes en mélangeant. La sauce doit être épaisse et napper. Retirer du feu, ajouter le fromage, la muscade, le sel, le poivre et bien mélanger. Verser la sauce dans le faitout des légumes préalablement réchauffés. Remuer délicatement. Garnir les vol-au-vent et passer au four à 200° 15 mn. Décorer de persil.



### Velouté aux champignons

#### Réalisation :

Laver et découper les champignons (en garder pour la déco). Les cuire dans le faitout 10 mn avec 50gr de beurre. Garder leur eau. Réserver les champignons dans le plat. Dans le faitout, faire fondre les 100gr de beurre restant puis y jeter la farine pour faire un roux. Ajouter le lait lentement et battre au fouet. Saler, poivrer et pimenter. Ajouter la crème. Mixer longement. Servir chaud et décorer d'une tranche de champignon cru.

#### Ingrédients :

1,5kg de champignons de Paris, 150gr de beurre, 5 gousses d'ail, 125gr de farine, 2l de lait, 25cl de crème fraîche, piment d'Espelette (on peut s'en passer), sel et poivre.

#### Ustensiles :

Faitout, plat creux, mixeur plongeant, cuillère et fouet.



2€/pers





## Plats & Accompagnements

### Jarret de porc enfourné

#### Ingrédients :

5 jarrets de porc, 2 cubes de bouillon de légumes, 100gr de miel, 5 cuillères à soupe de sauce soja, de piment doux et de ketchup, 5 cuillères à café de coriandre moulue, 1 cuillère à café de piment fort, 100gr de sucre, sel et poivre

#### Ustensiles :

Un grand faitout, un grand bol, un plat à four.

#### Réalisation :

Disposer les jarrets dans le faitout, couvrir d'eau froide, saler et porter à ébullition. Ajouter le cube de bouillon et laisser mijoter 2 heures. Dans le bol, mélanger le miel, la sauce soja, le ketchup, les piments doux et fort, la coriandre, le sucre. Quand la cuisson des jarrets au bouillon est finie, les égoutter et les disposer dans le plat à four. Les badigeonner de la sauce. Enfourner à 170° pour au moins 2 heures en badigeonnant souvent. En fin de cuisson, la viande doit être caramélisée.



4€/pers

### Saumon au beurre d'ail

4,50€/pers



#### Ingrédients :

Deux saumons kéta sauvages congelés, 2 cubes de bouillon de légumes, 10 gousses d'ail, 100gr de beurre, 2 citrons, persil, sel et poivre.

#### Ustensiles :

Une grande et une moyenne casserole, un plat à gratin, une cuillère.

#### Réalisation :

Décongeler les poissons. Faire chauffer de l'eau salée dans la grande casserole avec les cubes de bouillon et y cuire les poissons à légère ébullition pendant 20mn. Laisser refroidir puis enlever la peau, lever les filets et les placer dans le plat à gratin. Dans l'autre casserole, faire fondre le beurre et ajouter les gousses d'ail pressées, le persil haché, le jus des citrons, sel et poivre. Mélanger et recouvrir les morceaux de saumons de cette préparation. Enfourner pour 15mn dans le four à 210°. Servir chaud décoré de thym.

### Couronne de pommes de terre

1€/pers



#### Ingrédients :

2,5 kg de pommes de terre Mona Lisa, 10cl d'huile d'olives, 2 cuillères à café de muscade moulue, sel et poivre.

#### Ustensiles :

Mandoline ou bon couteau, moule à savarin, pinceau.

#### Réalisation :

Éplucher, rincer et sécher les pommes de terre. Les couper en tranches fines à la mandoline ou au couteau. Préchauffer le four à 200°C. Avec le pinceau, appliquer une couche d'huile sur toute la surface du moule. Disposer les tranches de pommes de terre en les faisant se chevaucher, recouvrant ainsi tout l'intérieur du moule. Huiler, assaisonner de sel, poivre et muscade entre chaque couche. Bien tasser. Enfourner pour 50 minutes, en surveillant la coloration : le dessus doit être bien doré et croustillant. Démouler la couronne sur une plaque à four et la placer quelques minutes dans le four position grill pour coloration. Servir bien chaud, décorer de carotte rapée.

### Poêlée de topinambours

1,50€/pers



#### Ingrédients :

2,5kg de topinambours, 10cl d'huile, persil, 5 gousses d'ail, 50cl de crème fleurette, citron, persil, sel et poivre.

#### Ustensiles :

Une grande poêle avec couvercle, une cuillère.

#### Réalisation :

Éplucher et laver les topinambours. Les couper en tranches et citronner pour éviter le noircissement. Faire chauffer l'huile et ajouter les topinambours pour une cuisson tranquille avec couvercle. Ajouter l'ail écrasé. Vérifier la tendreté et augmenter le feu pour caraméliser un peu. Ajouter la crème, le sel, le poivre et finir la cuisson à sec. Décorer de persil.



## Desserts

### Pannacotta et mandarine

1,50€/pers



#### Ingrédients :

1 litre de crème fraîche liquide 30%, 50cl de lait, 100gr de sucre, 4gr d'agar-agar, 1 bâton de vanille, 10 mandarines.

#### Ustensiles :

10 verrines ou gobelets en carton, une casserole, un plat creux, un couteau, une cuillère.

#### Réalisation :

Faire frémir la crème et le lait dans la casserole, ajouter le sucre et la vanille.

Bien remuer.

Verser l'agar-agar et cuire 2mn.

Laisser refroidir un peu et verser la préparation dans les verrines.

Bien refroidir au réfrigérateur.

Peler à vif les mandarines et les découper en julienne.

Les maintenir au frais dans le plat creux et les rajouter sur les pannacottas au moment de servir.

### Millefeuilles de Noël

2,50€/pers



#### Réalisation :

Préparer la crème pâtissière à votre façon aromatisée au rhum (il ne faut pas qu'elle soit trop épaisse) et, une fois refroidie, y mélanger au fouet la crème fraîche. Réserver dans le grand plat creux.

Faire tremper les raisins dans le rhum.

Cuire sur la tôle du four à feu moyen les 4 ronds de pâte (ou séparément) puis les laisser refroidir.

Éplucher les poires et les couper en fines lamelles que vous arroserez du jus de citron.

Réserver dans le petit plat creux.

**Construction :** poser le premier rond de pâte sur le plat à gâteaux et l'abaisser délicatement avec la pelle à tarte.

Poser une fine couche de crème pâtissière et par dessus les poires.

Déposer le second rond aplati et y étendre de la crème pâtissière.

Saupoudrer de raisins ainsi qu'un peu de rhum.

Déposer le troisième rond aplati lui aussi, toujours délicatement pour ne rien écraser.

Enduire de crème et de raisins.

Terminer avec le quatrième rond sans l'écraser.

Recouvrir le tout du chocolat que vous aurez fait fondre dans un peu d'eau avec la casserole et la cuillère, en le répartissant le plus uniformément possible avec la pelle à tarte, y compris sur les côtés.

Décorer avec les vermicelles à gâteaux.

Mettre au frais une nuit pour le lendemain midi.

#### Ingrédients :

4 ronds de pâte feuilletée achetés dans le commerce, 1 litre de crème pâtissière, 15 cl de crème fraîche épaisse, 2 poires fraîches (ou, à défaut, des poires au sirop), 1 citron, 150 gr de raisins secs, 10 cl de rhum, 400 gr de chocolat noir à fondre, 20 gr de décor de gâteaux.

#### Ustensiles :

Une tôle à four, une casserole, une cuillère, un bol, un fouet, un petit et un grand plat creux, une pelle à tarte et un grand plat rond à gâteaux..



# Vins

## Caveau catalan 2022

Stand des Pyrénées-Orientales  
Fête de l'Huma.

Après 2 ans d'absence à la fête de l'Humanité dus au Covid, sur un nouveau lieu à Brétigny dans l'Essonne en 2022, le Caveau catalan a marqué le stand des Pyrénées-Orientales. Ce sont encore des dizaines de vignerons et caves qui nous ont confié leurs vins pour les faire connaître aux 400 000 visiteurs et dégustateurs qui sont venus.

À la fête, le Caveau catalan est aujourd'hui réputé et encensé pour ses très beaux vins traditionnels. Les adeptes savent que dans notre région, les viticulteurs exploitent des cépages tels que la syrah, le grenache, le mourvèdre, le macabeu et le carignan avec passion et toujours de façon raisonnée. Pour les amateurs, les vins rouges du Roussillon sont charnus, fruités et épicés. Les vins blancs sont, quant à eux, définis comme fins et délicats, sur des notes d'agrumes, fruits à chair blanche et aux senteurs fleuries.

C'est aussi le seul endroit où l'on peut déguster des vins doux naturels qui reviennent à la mode.

Ces dernières années, le Roussillon a effectué sa mutation vers la qualité et c'est désormais un des vignobles les plus dynamiques de France et qui représente la part la plus importante de vignes conduites en agriculture biologique. De plus les rendements moyens des vignobles en AOC (toutes confondues) sont parmi les plus faibles de France (45 hectolitres à l'hectare) alors que les décrets en autorisent bien plus.

Entre AOC, AOP, Vin de Pays et Vin de Table, le vignoble catalan est capable de proposer une grande variété de produits, des vins de « terroirs », axés sur les traditions viticoles ancestrales, tout comme des vins plus modernes, orientés vers les nouveaux consommateurs et le monde entier.

C'est pourquoi je vous invite encore et toujours à découvrir nos amis viticulteurs en vous rendant dans les caves pour les fêtes et tout au long de l'année.

Dominique POIROT



### Dom Brial

66390 Baixas

04 68 64 22 37

contact@dom-brial.com

www.dom-brial.com

Crest Petit AOP Côtes du Roussillon Villages - 25€.



## Coup de coeur pour les fêtes - Caveau catalan 2022



### Domaine Tambour

138 avendu Puig Delman  
66650 Banyuls-sur-Mer  
04 68 88 12 48  
domainetambour@gmail.com  
Victoria - Collioure Rouge 2020 - 16,50€.



### Cellier Trémoine

Les Vignerons de Trémoine  
66720 - Rasiguères  
Tél : 04 68 29 11 82  
contact@tremoine.com  
Pla de Brossa - Vin de Pays des Côtes Catalanes blanc 2021 - 6€.



### Domaine Bonzoms

2 place de la République  
66720 Tautavel  
04 68 29 40 15  
domaine.bonzoms@wanadoo.fr  
www.domaine-bonzoms.fr  
Rivesaltes Tuilé 2014 - 14€.



### Domaine des Moret

3 avenue Jean Badia  
66 720 Tautavel  
06 83 36 92 20  
domainedesmoret@free.fr  
Rosario - Côtes du Roussillon Villages 2020 - 10€



### Domaine Deprade JORDA

98 route nationale  
66700 Argèles-sur-Mer  
04 68 81 10 29  
domaine depradejorda@free.fr  
Tradition 2020 - Côtes du Roussillon rouge - 8,50€.



### Terroirs Romans

67 avenue Paul Reig  
66200 Elne  
04 68 95 15 74  
contact@terroirs-romans.com  
www.terroirs-romans.com  
facebook:terroirs.romans.vins.66  
Dame d'Elne - IGP Côtes Catalanes - Rosé - 2020 - 4,70€.



### Château Nadal Hainaut

Route départementale 37  
66 270 Le Soler  
04 68 92 57 46  
06 15 79 90 15  
chateunadalhainaut.fr  
Le Prieuré - AOP Côtes du Roussillon rouge - 10,90€.



### Domaine Bota Nostra

9 bis rue Lamartine  
66310 Estagel  
06 30 42 23 48  
bota.nostra@orange.fr  
Jeff de Bota Nostra - 100% carignan - 14€.



### Les vigneronns Côte d'Agly

Avenue Louis Vigo  
66310 Estagel  
04 68 29 00 45  
commercial@agly.fr  
www.agly.fr  
Château Montner Ambré - Vin doux naturel - 11,50€.



### Domaine des Capelles

3 avenue Jean Jaurès  
66460 Maury  
04 68 59 21 72  
06 86 88 22 00  
hurtado.frederic@neuf.fr  
L'entrecoeur AOP Maury sec 2017 - 10€.



### Château de Pèna

2 bd Maréchal Joffre  
66600 Case-de-Pèna  
Tél. : 04 68 38 93 30  
contact@chateaupepena.com  
Blanc AOP Côtes du Roussillon  
« Regard de femmes n°9 » - 10€.



### Domaine Doriane Vidal

Lieu-dit Vespelle  
66600 Salses-le-Château  
06 11 51 12 41  
domainedorianevidal66@gmail.com  
www.domainedorianevidal.com  
Muscat de Rivesaltes « Hors d'âge » - 18€.

# La cuvée Fabien Roussel



C'est qui ce Jean PLA, vigneron anarchiste et négociant qui nous a fourni nos deux cuvées Fabien Roussel pendant la campagne des présidentielles ? Elles sont issues l'une du Domaine Gardiés pour le côtes du Roussillon villages bio et l'autre de la cave de Tautavel pour le 100% grenache.

Pour le dépeindre rien de tel qu'une ancienne présentation retrouvée : « Héritier d'une lignée, plus que millénaire, de vigneron du Fenouillèdes, contrée perdue au fin fond des Corbières.

Où Annibal aurait laissé quelques sarmements de vignes en passant le col voisin.

Où l'homme le plus vieux d'Europe a perdu des dents.

Où l'on trouve de très vieux murs de pierres qui n'entourent rien de précis.

Où Gaulois et Romains ont construit des

ponts et aqueducs qui tiennent encore.

Où Les Wisigoths, les cathares et les templiers ont caché leurs trésors.

Où les extra-terrestres ont leur base : Pic de Bugarach (Le refuge de la prochaine fin du monde qui domine le coin).

Où les gens se méfient de l'étranger et cultivent le secret. »

De père en fils, on se passe le mot en occitan « *Petit, malfiso te de tres causes, de l'aiguo, del foc y de la gent de San Pau* » (Petit, Méfies-toi de trois choses, de l'eau, du feu et des gens du village voisin).

Jean Pla, fort de son expérience vitivinicole-internationale, de son ADN Gallo-Catharo-Wisigotho... et autres métissages terrestres ou extra...fait des vins pour tous et pour toutes occasions.

Démocratisation et vulgarisation du bon vin sont ses objectifs. Ses étiquettes sont amusantes mais pas vulgaires, issues de fables, de comptines, du folklore populaire français. Il touche la mémoire et le cœur du francophile averti. Les vins issus, pour la plupart de sa vallée, sont sympathiques et gouleyants.

Des vins de fêtes, qui inspirent la bonhomie, la joie et l'humour. Des vins modernes inspirés d'anciennes coutumes. Les Assemblages de vieilles vignes de grenache et de cépages bordelais ou bourguignons, merlot, pinot, par exemple, donnent des vins souples et ronds qui vont accompagner vos apéritifs, vos grillades et autres parties entre amis.

**Que du Bonheur !**

**Dominique POIROT**

## Domaine du clos des Fées

Rue Brillat-Savarin  
66600 Rivesaltes  
04 68 53 40 00  
04 68 53 40 01  
clients@closdesfees.com  
Les Sorcières - Côtes du Roussillon rouge - 14€.

## Mas Alart

Route de Cabestany  
66280 Saleilles  
contact@masalart.com  
www.masalart.com  
06.30.62.11.92  
04 68 50 51 89  
Foenum-Graecum - Rancio sec - 23€.

## La Différence

1 rue Jean Badia  
66720 Tautavel  
04 68 66 89 38  
ghislaine@ladifference-roussillon.com  
La Racine Carrée - AOC Côtes du Roussillon Villages - 14€.

## Mas Castello

Mas Castello RD 12  
66600 Espira-de-l'Agly  
04 68.64.33.38.  
mascastello@mascastello.fr  
Côtes du roussillon Villages Rouge 2020 - 12€.

## Domaine Mas Camps

RD 117  
66460 Maury  
04 68 29 48 07  
04 68 57 87 41  
isabelle.castells@wanadoo.fr  
Maury blanc - 15€.

## Domaine Mont-Noir

15 rue des Oliviers  
66720 Montner  
04 68 29 15 34  
domaine.mont.noir@gmail.com  
www.domainemontnoir  
Tortue 2020. Côtes du Roussillon rouge - 11€.

## Domaine Pons Gralet

2 boulevard Jean Jaurès  
66310 Estagel  
04 68 57 23 83  
06 78 65 50 65  
dom.ponsgralet@wanadoo.fr  
www.ponsgralet.com  
Le Pas de Roland - Côte du Roussillon blanc - 12€.

## Cave coopérative Argelès-sur-Mer

Route de Sorède  
66700 Argelès-sur-Mer  
04 68 81 38 49 - 04 68 81 01 04  
Rosé - 6€.

## Coup de coeur pour les fêtes - Caveau catalan 2022



### Mas Peyre

39 avenue Général de Gaulle  
66220 Saint-Paul-de-Fenouillet  
06 18 70 62 24  
maspeyre@orange.fr  
www.mas-peyre.fr  
Promesse tenue. Côtes du Roussillon  
Villages rouge - 15€.



### Domaine de Rombeau

1 avenue de la Salanque  
66600 Rivesaltes  
04 68 64 35 35  
domainederombeau@wanadoo.fr  
Rouge BIO - 10€.



### Domaine Rière Caden

Chemin Saint-Génis de Tanyères  
66000 Perpignan  
04 68 63 87 29  
contact@domainerierecadene.com  
www.riercadene.com  
J'ai rendez-vous avec vous - Côtes Catalanes rouge 2021 - 7,90€.



### Cave de l'Étoile

26 av du puig del mas,  
66650 Banyuls-sur-Mer  
Tel : 04 68 88 00 10  
severine@cave-lettoile.com  
Banyuls Blanc 2021 - AOP Banyuls - 20,70€.



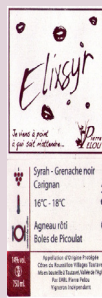
### Domaine Le Clos Castell

Clos Castell  
Mas Guillaume  
Banyuls-sur-Mer  
Tél. : 06 07 36 80 45  
www.closcastell.fr - closcastell@gmail.com  
Rimage Rouge2020 - 15,90€.



### Château Vespeille

Vespeille  
66600 - Salses-le-Château  
Tel: 06 15 24 47 85  
pigouchestef@gmail.com  
Côtes du Roussillon Rouge - 9,80€.



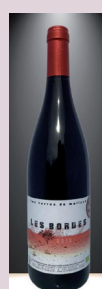
### Domaine Celler d'al Mouli

9 rue de la République  
66720 - Tautavel  
06 16 96 49 61  
pierre@pelou.eu  
Elixysr - Côtes du Roussillon Villages Tautavel 2019 - 11€



### Domaine Val de Ray

44 - 46 rue Gambetta  
66720 Tautavel  
06 33 00 0833  
domainevalderay@gmail.com  
www.domainevalderay.fr  
Séduction - Côtes du Roussillon villages Tautavel - 29€.



### Domaine Les Terres de Mallyce

20 bis rue des Vignes  
66720 Rasiguères  
04 68 73 86 37  
06 81 70 12 34  
soto.corinne@orange.fr  
www.lesterresdemallyce.com  
Les Bordes Côtes du Roussillon Village AOP Rouge - 16€.



### Vignobles Terrassous

26 avenue des Corbières  
66300 Terrats  
04 68 53 02 30  
contact@terrassous.com  
Ambré Hors d'Age 18 ans - 26,80€



### Domaine Mas Trincat

Mas Sainte-Marie-de-Vespeille  
66600 Salses-le-Château  
06 72 69 55 85  
mastrincat@gmail.com  
Perseïdes - 12€.



### Maison Jean Pla

20 rue Paul Delmas  
66220 Saint Paul de Fenouillet  
06 07 69 54 78  
plajeau@orange.fr  
Rosé « L'Achourit » - 7,50€.

JE DIS  
**OUI**  
AUX PRODUITS  
D'OCCITANIE !



**AVEC SUD DE FRANCE,  
PRENEZ LE PARTI DES PRODUITS D'OCCITANIE**

Rendez-vous sur [produitenoccitanie.fr](https://produitenoccitanie.fr)

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

