

L'Abeille du **PARC**

Journal d'informations du Parc naturel régional du Gâtinais français - N° 43 - Été 2011



DOSSIER



Produits locaux

Secrets de professionnels
de la restauration

LE PARC A FÊTÉ SES 12 ANS !



Parc
naturel
régional
du Gâtinais français

SOMMAIRE

3 LE PARC EN ACTION

La Plaine de Bière en paroles et musique !



4 HORIZON ET PANORAMA

La bourse foncière forestière est en ligne !



5 TERRE DE CULTURE

Un moulin retrouve sa roue



6/9

DOSSIER LES PRODUITS LOCAUX

s'invitent à nos tables grâce aux « pros » de la restauration !



10 PAROLE DE TERROIR

Sabine Foughali herboriste à Milly-la-Forêt



11 TOURISME

Randonnée équestre une nouvelle boucle entre Juine et Essonne



12 LES RENDEZ-VOUS DU PARC

Manifestations communales

LA RECETTE DE L'ÉTÉ
Manifestations communales



Édito

de Jean-Jacques Boussaingault,
Président du Parc naturel régional du Gâtinais français



C'est officiel : le Parc naturel régional du Gâtinais français compte désormais 69 communes !

Le Premier Ministre a signé le 27 avril le décret classant le territoire du Gâtinais français en « Parc naturel régional », pour les 12 prochaines années !

Le projet de Charte proposé par les signataires (le Parc, le Conseil régional d'Ile-de-France, le Conseil général de l'Essonne, le Conseil général de Seine-et-Marne, les 69 Communes et les 8 Communautés de Communes) est donc validé. Je remercie celles et ceux qui ont pris part à la révision de la Charte, pour aboutir aujourd'hui à la concrétisation de la « Charte du Parc, objectif 2023 ».

Bon retour aux communes qui ont renouvelé leur adhésion, et bienvenue aux nouvelles : Arbonne-la-Forêt, Boissy-aux-Cailles, Bouville, Brouy, Champmotteux, Châtenoy, Chevannes, Chevrainvilliers, Garentreville, La Forêt-Sainte-Croix, Nanteau-sur-Essonne, Ormesson, Prunay-sur-Essonne, Puisselet-le-Marais, Valpuseaux, qui adhèrent au Parc pour la première fois. Je vous donne rendez-vous dans la prochaine Abeille du Parc pour un Dossier spécial « Parc naturel régional du Gâtinais français ».



Liliane Pays, Conseillère régionale d'Ile-de-France, Vincent Eblé, Président du Conseil général de Seine-et-Marne, Jérôme Guedj, Président du Conseil général de l'Essonne, Jean-Louis Joseph, Président de la Fédération des Parcs naturels régionaux de France, Jean-Jacques Boussaingault, Président du Parc, étaient au rendez-vous de la signature de la Charte du Parc, le 5 mai 2011, à Saint-Fargeau-Ponthierry, où ils ont été accueillis par Lionel Walker, Maire de la Commune.



PARC NATUREL RÉGIONAL DU GÂTINAIS FRANÇAIS

52 route de Corbeil, 91590 Baulne
Tél. : 01 64 98 73 93 - Fax : 01 64 98 71 90
info@parc-gatinais-francais.fr - www.parc-gatinais-francais.fr

Président de la publication : Jean-Jacques Boussaingault
Directrice de la rédaction : Emmanuelle Guilmault-Fanchini
Rédactrice en Chef : Fabienne Cotté

Comité de Rédaction : Jean-Pierre Colin (Rapporteur), Jérémie Bêlot, Serge Blondy, Valérie Coron-Ducruzeau, Sylvie Duchateau, Laurent Ducruif, Bernadette Josse, Evelyne Langellier-Bellevue, Béatrice Labois-Guéraud, Dominique Picard, Christine Soulat, Annie Vizet.

Avec la participation de l'équipe du Parc naturel régional du Gâtinais français.

Photographies : ©Marie-Lys Hagenmüller/Arelys (marielys91@orange.fr),
Rédaction : ©Alain Decruck/ADC Communication (adcd@wanadoo.fr)

Mise en page : Fabienne Cotté/PNRGF

Imprimé par L'Artésienne, sur papier certifié FSC ou PEFC avec des encres végétales.

ISSN 1620-3828

DANS LA PLAINE DE BIÈRE, le 18 septembre fera date !



L'Observatoire photographique des paysages du Parc a été matérialisé en 2007, pour sensibiliser élus, habitants et visiteurs aux richesses des Communes. L'organisation de manifestations artistiques conçues par des artistes en résidence dans le Parc répond à la volonté de valoriser ces paysages. La Piccola Compagnie a été retenue pour « mettre en musique » la Plaine de Bière, avec deux randonnées musicales, les 28 mai et 18 septembre. L'une a été un succès, l'autre s'annonce déjà comme une « apothéose » !

Des paysages-spectacles

L'Observatoire photographique des paysages du Parc propose des bornes d'observation permettant de suivre l'évolution des paysages, sur 8 grandes entités paysagères. Très vite, le Parc a eu l'idée de créer des événements culturels au cœur de ces paysages, afin que les habitants se les approprient.

Des artistes en résidence

Cette idée a abouti à l'installation sur le territoire du Parc, d'artistes en résidence, chargés durant plusieurs mois, de concevoir, préparer et diffuser des spectacles.

Le Parc a signé en 2011 une convention de résidence avec La Piccola Compagnie pour créer deux spectacles, autour des paysages de la Plaine de Bière.

Très inspirées par ces paysages de maraîchage, de lisières, de villages, la soprano Chloé Waysfeld et la comédienne Anne Jeanvoine, accompagnées par l'accordéoniste Thierry Bretonnet ont organisé un premier événement le 28 mai : une randonnée musicale à la découverte de la « fabuleuse plaine de Bière », autour des Fables de La Fontaine mises en musique.

Lors des arrêts, les paysagistes du Parc initiaient les participants à la lecture du paysage.



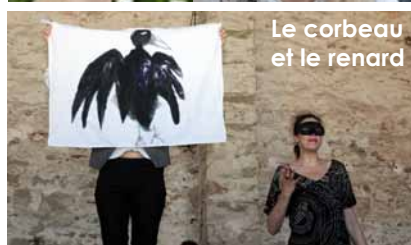
La grenouille et le boeuf



La cigale et la fourmi



Le loup et l'agneau



Le corbeau et le renard

Toutes les photos sur www.parc-gatinais-francais.fr

RDV le 18 septembre !!

La prochaine randonnée musicale est programmée le dimanche 18 septembre à l'occasion des Journées européennes du Patrimoine. Avec une innovation de taille : un spectacle construit sur la parole des habitants de la Plaine de Bière, associés dès le début du projet (habitants, agriculteurs, élus...).

La randonnée débutera avec la projection de leurs témoignages sur ce qu'évoquent pour eux ces paysages. Ce sont ces témoignages qui seront mis en musique tout au long de la balade (Vivaldi, Poulenc, Milhaud...).

Comme le souligne Chloé Waysfeld, « Le fil rouge de la résidence est de construire un spectacle à partir de la parole des habitants, qui sont le cœur et le tremplin du projet ».

« Il faut éviter que les paysages restent des entités abstraites mais qu'ils s'incarnent dans des personnes existantes. Qu'elles retrouvent leur regard d'enfant, l'étonnement qu'on éprouve devant la beauté, parce que les gens sont séchés par le quotidien. Les amener à revisiter leur mémoire, car les impressions d'enfance marquent à jamais la sensibilité ».

Le 18 septembre fera date !

rendez-vous le 18 septembre pour une randonnée musicale hors du commun !

LA BOURSE FONCIÈRE FORESTIÈRE

est en ligne sur www.parc-gatinais-francais.fr

Vendre, échanger ou acheter une parcelle forestière : avec la bourse foncière forestière du Parc, rien de plus facile !

La diversité et la beauté des espaces forestiers du Parc ont façonné son image de « Pays des mille clairières ». Ils favorisent le développement des activités économiques liées à la filière bois et au tourisme, mais leur morcellement en une multitude de parcelles privées fait obstacle à leur gestion. La création par le Parc d'une bourse foncière forestière en ligne va faire bouger les choses !

Comme un « puzzle foncier »

La forêt du Gâtinais français recouvre 33 % du territoire du Parc, soit 22.000 hectares.

Elle est essentiellement privée puisque 80 % (soit 18.000 hectares) appartiennent à des propriétaires privés (les 20 % restants se répartissent entre forêt domaniale, départementale et communale).

Le problème est que presque tous ces propriétaires privés (97 % d'entre eux) détiennent des petites et très petites surfaces, c'est-à-dire moins de 4 hectares, parfois même en plusieurs parcelles. Un inextricable « puzzle foncier ».

Une telle atomisation de la propriété foncière privée empêche une gestion raisonnée de ces parcelles que certains propriétaires ignorent posséder, ne savent pas identifier ou même localiser. Sans compter leurs difficultés d'accès qui compliquent d'autant l'exploitation et la vente des bois !

Pour en faire des exploitations viables afin de notamment améliorer et renouveler les peuplements et de renforcer la filière bois, une solution réside dans le regroupement des parcelles, avec comme résultat l'agrandissement des propriétés.



Vers des parcelles plus étendues

C'est pourquoi le Parc a lancé une Bourse foncière forestière en ligne sur son site Internet.

L'objectif est de parvenir à la mise en place d'unités de gestion forestière atteignant au minimum 4 hectares, le seuil économiquement rentable et viable.

Cette initiative traduit l'une des orientations définies voilà 2 ans dans la Charte forestière du territoire du Parc, visant à favoriser les contacts et les transactions amiables entre les propriétaires forestiers.

Cette démarche est l'un des points d'ancrage de la politique économique et environnementale suivie par le Parc. En conformité avec la Loi d'orientation forestière votée en 2001 ayant instauré les chartes forestières pour « freiner le morcellement forestier » par l'augmentation de la taille moyenne des parcelles à gérer.

Un catalogue interactif et gratuit

A partir d'un catalogue des parcelles que des propriétaires souhaitent vendre ou échanger, le Bourse foncière forestière interactive créée par le Parc permet la mise en relation des vendeurs et des acheteurs potentiels.

Comment ça marche ? Facile et rapide grâce à internet !

Les propriétaires s'inscrivent en ligne à la Bourse. Ils peuvent ensuite consulter ou publier des annonces et établir les contacts nécessaires pour vendre, acheter ou échanger des parcelles.



LE PARC

Grâce à la réalisation de la charte forestière de territoire, le Parc accompagne, outre la mise en réseau de ces informations foncières, la gestion forestière raisonnée en finançant le plan simple de gestion, programmant les coupes de bois sur 10 ou 15 ans (réalisable pour les propriétés d'une surface supérieure à 10 hectares).

LA RÉHABILITATION DU MOULIN DE LA FOSSE

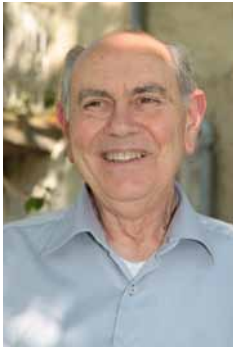
c'est tout un programme !

Saint-Sauveur-sur-École est un charmant village qui a su évoluer avec son époque tout en préservant son riche patrimoine, comme le montre la réhabilitation du Moulin de la Fosse et de sa roue financée par la Commune avec le soutien du Parc et de l'Europe. La roue tourne !



La roue, une histoire porteuse d'avenir

Le patrimoine de Saint-Sauveur-sur-École constitue un précieux témoignage de l'économie rurale au cours des siècles passés. Il repose sur son église du XIII^e siècle - édifée à mi-pente, une rareté ! -, ses lavoirs et le moulin de la Fosse.



« Un des rares à avoir encore une roue », s'exclame Claude Merou, Maire de Saint-Sauveur-sur-École.

« Mais sa réfection s'imposait. Rénovée, elle pourra fonctionner et devenir un élément important d'attraction et d'animation.

Dans un esprit de sauvegarde du patrimoine local, la Commune a acheté le moulin, car nous nous inquiétons de voir fleurir divers

projets d'aménagement qui auraient inévitablement morcelé et dévalorisé ce site magnifique ».

Redonner vie à un espace de vie du passé

La restauration de la roue du moulin et du pignon s'inscrit dans un projet global de rénovation et d'aménagement de ce patrimoine emblématique destiné à en faire un lieu de mémoire de la vie rurale.

Claude Merou nous en explique la genèse et la finalité.

« Le moulin, ses annexes et le lavoir furent longtemps le lieu de rencontre des villageois et l'un des pôles d'activités économiques du village. Le moulin s'est arrêté dans les années 50 avec l'apparition des Grands moulins de Corbeil ».

Quant au lavoir, l'avènement des appareils électroménagers et autres machines à laver lui ont progressivement fait perdre sa vocation première. Mais redonnons la parole à Monsieur le Maire.

« Notre projet est de réactiver cet espace de vie à l'usage des habitants, afin qu'ils se le réapproprient, et même d'y déplacer la Mairie. Des espaces de restauration et d'accueil des visiteurs sont également à l'étude ».

Le village retrouverait ainsi sa « centralité », perdue avec la construction de la première Mairie en 1840 et la dispersion des quatre hameaux autour de celui-ci.

Financements européens portés par le Parc

Fonds européen agricole pour le développement rural (FEADER) : l'Europe investit dans les zones rurales.

Le programme de financement européen LEADER est adossé au FEADER. Celui-ci apporte un complément financier aux actions du Parc, notamment dans les secteurs du tourisme, du patrimoine culturel et de l'agriculture.

Concernant la conservation et la gestion du patrimoine rural, l'objectif est d'en permettre l'accès au public.



La réfection de la roue a coûté 40.664 €, le Parc a financé pour un montant de 21.208 €. Le fonds européen FEADER pour sa part a financé 9.302 €. Pour le remontage de la roue et la réfection du pignon du moulin, une demande selon le même montage financier a été faite.



Le choix du prestataire capable de mener à bien la restauration de la roue s'est fixé sur une des rares entreprises spécialisées dans ce type de travaux, portée par 6 générations de charpentiers « amoulageurs ». Elle est venue fin 2010 du Maine-et-Loire pour retirer la roue de son axe, la démonter et l'emporter.

EXPO

Au temps des moulins : la rivière l'École et ses affluents

Une exposition réalisée par l'association « Dannemois se raconte », 10-11 et 17-18 septembre 2011, de 10h à 18h à Dannemois, salle J.P. Cayot. Entrée gratuite.

Au TEMPS DES MOULINS
La rivière l'École
et ses affluents



LES SAVEURS SONT À L'HONNEUR

Secrets de « pros » de la restauration...



Corinne Reyt
restauratrice à Milly-la-Forêt

Corinne Reyt revendique fièrement le fait d'être « fille de restaurateurs auvergnats ». Donc, elle fait la cuisine comme la faisaient sa grand-mère et sa mère. « *Une cuisine familiale et simple avec les produits qui nous entourent* ». Ses recettes « maison » sont confectionnées avec des légumes du jour et attirent dans son établissement une clientèle

« d'accros écolos locavores » !

Restaurant « Le passé retrouvé »
1 bd Félix Eboué, 91490 Milly-la-Forêt
Tél. : 01 64 98 81 82



Vincent Mével
restaurateur à Larchant

Le chalet Jobert, qui fête ses 60 ans, eut longtemps « sa ferme » pour approvisionner le restaurant en légumes, volailles, agneaux... La volonté de Vincent Mével, maintenant à la tête de cette « institution », est de « *renouer avec ces traditions* » par des partenariats avec les producteurs du cru.

« *On a la chance d'avoir des agriculteurs dans le Parc, qui relancent la poule Gâtinaise* ». Accommodée « à la façon de Vincent », cette volaille trône toute l'année sur un menu terroir évoluant au fil des saisons.

Auberge de la Dame Jouanne
Forêt de la Commanderie, 77760 Larchant
Tél. : 01 64 28 16 23
contact@ladamejouanne.fr
dj.chaletjobert@orange.fr



Jean-Claude Valtat, hôtelier-restaurateur à Cély-en-Bière

Membre des « Logis de France », Jean-Claude Valtat s'emploie à promouvoir sur sa carte les produits régionaux.

Au gré des saisons, on peut y trouver des recettes élaborées à partir du cresson de Moigny, « *pour être sûr d'avoir la fraîcheur et la qualité* » ; du miel du Gâtinais, en particulier celui d'acacia, « *très clair et très léger qui se marie très bien avec le*

magret de canard. Je ne peux pas retirer ces recettes de ma carte sans soulever des protestations ». La rançon du succès !

Hôtel-restaurant « Les Acacias »
53 route de Fontainebleau, 77930 Cély-en-Bière
Tél. : 01 64 38 00 00
auberge.d.acacias@wanadoo.fr



Teddy Goyet
traiteur à Milly-la-Forêt

« *Je ne crois qu'aux produits de qualité et de saison. On ne va pas chercher des pommes de terre en Chine ! Quant aux fraises et aux tomates cueillies en pleine saison et en pleine maturité elles sentent bon la terre* ».

Son ambition ? « *Faire découvrir les saveurs aux enfants, car la betterave banalisée des cantines noyée dans une vinaigrette compacte est insipide* ».

Traiteur « L'abeille du Chênet »
ZA Le Chenêt, 91490 Milly-la-Forêt
Tél. : 06 31 59 17 18
labelleduchenet@dbmail.com
labelleduchenet.fr



Olivier Crozat
restaurateur à Milly-la-Forêt

Avant de devenir crêpier, Olivier Crozat a exercé 20 ans les métiers de restaurateur et de sommelier.

Passionné de produits régionaux, il veut « *revisiter la crêpe et y amener de l'originalité* » en jouant sur les garnitures proposées à l'intérieur et les associations salé/sucré.

En témoigne son maki de crêpe qui reste dans la tradition des crêpes, avec une touche « mode » liée à

l'engouement pour les mets japonais.
Un plat à la fois breton, japonais et millacois !

La Crêperie de Milly
41 place du Marché, 91490 Milly-la-Forêt
Tél. : 01 64 98 63 49
lacreperiedemilly@orange.fr



Martine Verrechia, soupes et terrines artisanales à Boutigny-sur-Essonne

Présente sur quelques marchés locaux tel celui de Fontainebleau, elle privilégie les producteurs locaux.

Son secret ? « *Une petite fabrication artisanale de qualité, à la semaine, basée sur des produits frais uniquement saisonniers et vendus sous vide* ».

Les clients peuvent acheter sur place le soir en semaine et le samedi (il est prudent d'appeler avant car les quantités et les stocks sont limités,

fraîcheur et saveur obligeant !).

Épicerie fine « Entre saveurs et jardin »
23 rue de la Ferté-Alais, 91820 Boutigny-sur-Essonne
Tél. : 01 60 78 48 57
entresaveuretjardin@yahoo.fr

Le Parc soutient les filières de production agricole courtes, contribuant ainsi à la réduction de « l'effet de serre » (produits de saison, moins de transport...). Avec son aide, les professionnels de la restauration mettent à l'honneur les produits du terroir gâtinais : menthe poivrée, miel, cresson, safran, volailles fermières, fruits et légumes issus de cultures maraîchères, fromages... Six d'entre eux ont livré leurs petits secrets à l'Abeille et concocté d'alléchantes recettes.

OEUF COCOTTE au cresson



(servie à compter du 1er septembre 2011)

Degré de facilité : facile

Préparation : 10 mn. Cuisson : 6 mn (180 °, Th.6).

Ustensiles : 4 petites cocottes en fonte ou porcelaine réfractaire.

INGRÉDIENTS (pour 4 convives) :

- .1 botte de cresson (*Cyril Taillebuis, Moigny-sur-École*)
- .2 oignons rouges (*Ferme de la Maltouche, Saint-Germain-sur-École*)
- .4 oeufs (*Gaec de la Maison Neuve, Moigny-sur-École*)
- .10 cl d'huile d'olive, 15 cl d'eau
- .4 cuillères à soupe de crème liquide
- .Sauce soja, poivre

RÉALISATION

- 1 Effeuilier le cresson, bien le laver à l'eau vinaigrée, l'égoutter.
- 2 Émincer les oignons, les faire dorer dans l'huile puis ajouter les feuilles de cresson. Verser l'eau sur les oignons et le cresson et réduire à feu doux.
- 3 Ajouter la sauce de soja, poivrer, remuer et réserver.
- 4 Casser 1 œuf dans chaque cocotte, puis verser dessus la poêlée de cresson et la crème.
- 5 Servir avec du pain grillé.

Observation : le cresson peut être cuit la veille et conservé au réfrigérateur.

Corinne Reyf

MILLEFEUILLE DE BETTERAVE au chèvre et miel du Gâtinais



Degré de facilité : facile. Préparation : 45 mn.

INGRÉDIENTS (pour 4 convives) :

- .3 grosses betteraves cuites (*Le vert potager, Milly-la-Forêt*)
- .1 cuillère à soupe de miel (*Miellerie du Gâtinais, Boutigny*)
- .100 g de chèvre frais
- .1 cuillère à soupe de crème liquide
- .4 brins de ciboulette, sel, poivre

RÉALISATION

- 1 Découper 12 grandes tranches de betterave d'une épaisseur d'environ 5 mm.
- 2 Détailler au milieu de chaque tranche un cercle de 6 cm de diamètre à l'aide d'un emporte-pièce. Disposer les disques obtenus sur du papier absorbant et réserver.
- 3 Écraser le chèvre frais à la fourchette, puis le mélanger avec la crème fraîche et le miel jusqu'à obtention d'une crème ferme et homogène. Saler et poivrer légèrement. Remplir une poche à douille cannelée de ce mélange.
- 4 Disposer 4 disques de betteraves sur un plat et napper chacun d'eux de la crème au chèvre en effectuant des cercles concentriques. Recouvrir d'un 2^e disque de betterave et recommencer l'opération.
- 5 Décorer le 3^e disque de betterave d'une fleur à la crème de chèvre surmontée d'un brin de ciboulette.
- 6 Réserver au frais 1 h avant de déguster.

Teddy Goyer

TERRINE D'AGNEAU à la menthe poivrée de Milly



Degré de facilité : facile. Préparation : 35 mn. Cuisson : 3 h.

Ustensiles : une cocotte en fonte et une terrine

INGRÉDIENTS (pour 8 convives) :

- .1,5 kg d'épaule d'agneau désossée
- .2 oignons et 2 gousses d'ail
- .1 poignée de menthe fraîche poivrée de Milly-la-Forêt (*Alain Bosc-Bienne, Oncy-sur-École*)
- .75 cl de vin blanc
- .Safran du Gâtinais (*L'Herbier de Milly, Milly-la-Forêt*)
- .Thym, coriandre, cumin moulu
- .3 cuil. à soupe d'huile d'olive, Agar agar (gélatine naturelle), sel, poivre

RÉALISATION

- 1 Faire revenir les oignons à l'huile d'olive dans la cocotte, ajouter les cubes d'agneau, les épicer et remuer. Laisser mijoter à feu doux 10 mn puis verser le vin blanc.
- 2 Ajouter l'ail et le thym, saler et poivrer. Amener à ébullition puis baisser le feu, couvrir et laisser mijoter 3 h.
- 3 Sortir les morceaux d'agneau de la cocotte et les disposer dans la terrine en les tassant bien. Préparer l'agar agar avec le liquide de cuisson et en verser un peu dans le fond de la terrine. Saupoudrer de menthe fraîche ciselée.
- 4 Rajouter une couche de viande, d'agar agar et de menthe. Finir la terrine par une couche de viande.
- 5 Laisser refroidir avant de mettre au congélateur.

Recette proposée de fin mai à septembre par Martine Verrechia

VOLAILE DU GÂTINAIS à la façon de Vincent



Degré de facilité : moyen

Préparation : 1h30. Cuisson : 1h (120 °, Th 4)

INGRÉDIENTS (pour 4 convives) :

- .1 poule Gâtinaise (**M. Morisseau à Burcy**)
- .300 g de foie gras (terrine) (**Ferme des 4 Temps à Boissy-aux-Cailles**)
- .1 oignon et 2 carottes
- .3 l de bouillon de volaille (à confectionner soi-même, ou à acheter dans le commerce)
- .400 g de crème fraîche épaisse
- .sel et poivre (du moulin de préférence)
- .bouquet garni (thym, ail, laurier...) et 2 à 3 clous de girofle

RÉALISATION

- 1 Cuire la volaille dans le bouillon durant 1 h. La découper .
 - 2 Confectionner la sauce en utilisant le bouillon, crémier puis mixer la sauce en y incorporant la terrine de foie gras, puis la faire un petit peu réduire en la maintenant au feu à petits bouillons. Réchauffer le tout.
 - 3 Accompagner d'un féculent (purée de pommes de terre, pâtes...) ou de légumes de saisons issus des maraîchers locaux.
- Observations : ce plat peut être préparé à l'avance.

Servie à compter du 1er septembre 2011 par Vincent Mével

NOUGAT GLACÉ au miel du Gâtinais



Degré de facilité : moyen. Préparation : 15 mn.
Cuisson : 3 mn. Ustensiles : un moule rectangulaire.

INGRÉDIENTS (pour 12 convives) :

Nougatine (à préparer la veille) : 150 g de sucre, 100 g amandes effilées, 100 g de miel du Gâtinais (**crossculture de MM Raymond, Moigny-sur-École**). Faire un caramel avec le sucre, le miel et un peu d'eau. Ajouter les amandes au dernier moment. Étaler sur une plaque huilée et laisser refroidir.

.Crème : 250 g de crème, 50 g de sucre

.Blancs d'œufs : 200 g de blancs d'œuf, 50 g de sucre

.Coulis de fruits rouges :

500 g de brisures de framboises, fraises (**M. et Mme Bézine, Fleury-en-Bière**) et cassis, 250 g de miel ; laisser cuire 30 mn et passer au chinois.

.Mais aussi : 150 g de fruits confits en dés et des feuilles de menthe poivrée de Milly.

RÉALISATION

- 1 Monter la crème en chantilly et les blancs en neige, puis ajouter le sucre.
- 2 Pulvériser la nougatine.
- 3 Mélanger délicatement la crème chantilly, les blancs d'œuf et la nougatine.
- 4 Ajouter les fruits confits en dés.
- 5 Mettre le tout dans le moule préalablement huilé et le conserver 24 h au congélateur.

Service

Démouler et couper en tranches.

Tapiser le fond de l'assiette d'une fine couche de coulis de fruits rouges et poser dessus 1 tranche de nougat.

Décorer avec 1 fraise découpée en éventail et une feuille de menthe poivrée.

Jean-Claude Valtat

MAKI DE CRÊPES POIRES-CHOCOLAT à la menthe poivrée de Milly



Degré de facilité : facile
Préparation : 1h. Cuisson : 10 minutes.

INGRÉDIENTS (pour 6 convives) :

Pâte à crêpes : 125 g de farine, 2 œufs, 25 cl de lait, 1 pincée de sel, 25 g de beurre, un sachet de sucre vanillé.

Autres composants de la recette :

60 g de riz basmati, 4 poires Comice bien mûres (**le Verger des Challois à Champcueil**)

.100 g de chocolat noir, extrait ou sirop de menthe poivrée de Milly (**L'Herbier de Milly à Milly-la-Forêt**)

RÉALISATION

- 1 Pâte à crêpes : dans un saladier, casser les œufs entiers sur la farine. Ajouter le lait en plusieurs fois tout en fouettant énergiquement afin d'éviter les grumeaux. Saler. Incorporer le beurre fondu. Mélanger. Laisser reposer au frais 2 h.
- 2 Préparation des maki
.Cuire le riz à l'eau, puis l'égoutter et le laisser refroidir.
.Éplucher et évider les poires, en réserver 2 à mixer pour le coulis ; couper les 2 restantes en petits dés de 5 mm.
.Faire fondre le chocolat, ajouter le sirop de menthe (dosé selon le goût) et y mélanger les dés de poires.
.Confectionner des crêpes de 30 cm de diamètre.
- 3 Montage des makis
.Sur chaque crêpe, étaler une bande de riz de 5 mm d'épaisseur sur 5 cm de largeur (dans le bas de la crêpe pour en faciliter le roulage).
.Au milieu de cette bande de riz, disposer les dés de poires mélangés au chocolat fondu.
.Commencer le roulage de la crêpe par le bas, parallèlement à la bande de riz. Réaliser un tube serré et régulier.
.Couper les extrémités du Maki et réserver au frais.
- 4 Présentation et service
Couper le maki en tronçons et les disposer sur une assiette, verser autour le coulis de poire.

Recette réalisable toute l'année avec les fruits de saison.

Olivier Crozat

Où se fournir...

MARAÎCHERS ET ARBORICULTEURS



Arbonne-la-Forêt
EARL Les Sablons, ☎ 01 60 66 47 23.
Légumes de saison.
Ferme des 4 Saisons, ☎ 01 64 14 00 84
www.lafermechezvous.com
Légumes de saison et produits locaux.
Chailly-en-Bière, Le Panier de Caroline
 ☎ 01 60 68 98 72.

Produits de saison issus de l'exploitation et autres produits.

Champcueil, Vergers de Challos, ☎ 01 64 98 01 96.
Fruits de saison, jus de fruits et autres produits.

Saint-Martin-en-Bière, Le Potager San Martinois, ☎ 01 60 69 20 76,
lepotagersanmartinois.jimdo.com
Légumes de saison en agriculture biologique.

Saint-Sauveur-sur-École, Les Jardins de Brinville, ☎ 01 60 65 72 04
www.jardinsdebrinville.fr
Produits de saison issus de l'exploitation et autres produits.

Soisy-sur-École (hameau de Beauvais), **SCEA Koorin**, ☎ 01 64 98 42 13
Fruits et légumes de saison en agriculture biologique.

Villeneuve-sur-Auvers, GAEC des Rochettes, ☎ 01 60 80 22 90.
Pommes de terre, betteraves.

CRESSON



Cerny
Jean-Pierre Nowak
 ☎ 01 64 99 56 39
D'Huison-Longueville,
Marcel Lucas
 ☎ 06 80 33 61 89
Denis Verstuyff
 ☎ 01 64 57 60 86
Moigny/École
François et Luc Raymond
 ☎ 01 64 98 81 26
Cyril Taillebis
 ☎ 01 64 98 07 13
Vayres/Esbonne
Guy Buat, ☎ 06 16 86 01 76

SAFRAN



Villeneuve-sur-Auvers
GAEC des Rochettes
 ☎ 01 60 80 22 90
Boulancourt
Hervé Viron
 ☎ 01 64 24 13 41

MENTHE POIVRÉE DE MILLY MIEL DU GÂTINAIS



Oncy-sur-École, Alain Bosc-Bierne,
 producteur, Ferme du Clos d'Artois
 ☎ 01 64 98 86 26 ou 06 88 45 56 79
Milly-la-Forêt
L'Herbier de Milly, 16 pl. du Marché
MillyMenthe, 35 pl. du Marché



Boutigny-sur-Essonne
Miellerie du Gâtinais
 Camille et Thierry Sergent
 7-9 hameau de Jonnerie
 ☎ 01 64 98 74 85
www.miellerie dugatinais.info

VOLAILLES



Boissy-aux-Cailles (Mainbervilliers), **Ferme des 4 Temps**
 ☎ 01 64 24 58 22. *Volailles et canards gras.*
Burcy, Marie-Claude Morisseau
 ☎ 01 64 28 76 77, fermedefilbois@orange.fr
Volailles fermières et poule Gâtinaise.
Guercheville, Ferme des Tuiles
 ☎ 01 64 27 07 94, www.fermedestuiiles.com
Volailles, paniers garnis.

Maisse, Volailles du Fourcheret, ☎ 01 64 99 56 51, www.volaillesdemaisse.1s.fr
Volailles fermières.

Prunay-sur-Essonne, La Volaille prunaysienne, Hervé Hardy, ☎ 01 64 99 54 24
Volailles fermières et poule Gâtinaise.

OVINS



Guercheville
GAEC Douine
 ☎ 06 70 36 74 66
www.agneau-de-guercheville.com

PRODUITS LAITIERS



Moigny-sur-École
GAEC de la Maison Neuve
 ☎ 01 64 98 40 30
gmaison-neuve@wanadoo.fr
Produits laitiers, huile de colza et pommes de terre.

FROMAGES DE CHÈVRE



Villeneuve-sur-Auvers
Enclos des Chevrettes
 ☎ 01 60 80 22 90

La Ferté-Alais
Ferme pédagogique de la Grange aux Moines
 ☎ 01 01 64 57 71 75 ou 01 69 90 88 44
laferme@lafertealais.fr
Nanteau-sur-Essonne
Ferme de Boisminard
 ☎ 01 64 24 18 45

SABINE FOUGHALI

relève assurée pour l'herboristerie !

Pas évident de succéder à Mauricette Clech, qui fut 64 ans à la tête de la boutique Millymenthe, marquée de son empreinte. Et pourtant, pari totalement réussi pour Sabine Foughali qui a repris le flambeau des mains de « Mauricette » tout en douceur en 2010. La continuité est ainsi assurée, accompagnée de quelques changements tout de même.

L'héritage de Mauricette

D'emblée, la nouvelle propriétaire des lieux confirme à sa manière : « Rien n'a changé parce que les clients sont attachés à Millymenthe. Mauricette – qui vient d'être récompensée de l'Ordre national du mérite d'ailleurs - m'a laissé un héritage formidable et elle a accompagné la reprise du magasin en 2010. Je reste dans la continuité de ce qu'elle a fait ».

Un rapide examen des lieux conforte cette volonté : les tintements furtifs de la clochette se font toujours entendre à chaque ouverture de la porte d'entrée. Toujours là le comptoir et les rayonnages en bois ; toujours là les miels (goûtez celui d'acacia avec une gousse de vanille) ; les thés ; les eaux florales de rose ou d'oranger ; ou encore les bonbons « rares » de Mauricette dans leurs bocaux de verre, les réglisses, les gommages...

« Ils témoignent d'une incroyable nostalgie du passé et j'ai été obligée d'en recommander ! ».

Et bien sûr les plantes de toutes sortes dont la fameuse menthe poivrée de Milly.

« Chaque plante a une vertu majeure mais aussi d'autres propriétés. Il faut en mélanger plusieurs pour créer une synergie.

Comme par exemple l'infusion aux 5 plantes pour toute la famille. Du bien-être et de la convivialité ! ».

Herboriste « nouvelle génération »

Le changement ce n'est pas dans le magasin qu'il faut le chercher, mais en faisant mieux connaissance avec sa nouvelle propriétaire. Une autre génération et une autre conception du métier d'herboriste. Portrait.

« C'est le médecin décrit par Cocteau comme « habillé tout en noir », qui existait bel et bien puisqu'il m'a mise au monde à Soisy-sur-École ! J'ai travaillé 27 ans dans des laboratoires pharmaceutiques ayant mis au point des molécules très innovantes dans le traitement de pathologies graves comme le cancer ou le sida. Je prépare un Doctorat universitaire de médecine naturelle et un mémoire sur « Les soins de support par la phytothérapie ». Mon ambition ? Pouvoir dispenser conseils et aides pour accompagner



des traitements thérapeutiques lourds ou invalidants exigeant des soins de supports, afin d'en renforcer l'efficacité ou de soulager le patient ».

Grâce aux plantes, on peut en effet atténuer certains effets secondaires des médicaments, mais Sabine prévient : « Attention, les plantes ne sauraient se substituer à eux. Je souhaite aussi répondre aux attentes du client par l'aromathérapie, efficace contre les petits maux hivernaux. Une petite viole à portée de main et c'est joué ! De plus en plus de médecins en parlent et quelques phytothérapeutes s'y mettent. Mais cela ne remplace pas les traitements médicaux ».

Une assistante et de nouveaux services

Soucieuse de renforcer son rôle de conseil auprès de la clientèle, Sabine s'est adjoint les services de Marie-Odile Pichavant, Docteur en pharmacie, phytothérapeute et spécialisée en aromathérapie. Rien de moins !

La création d'un site internet, la vente en ligne et les livraisons sont de nouveaux services ; et des ateliers vont être lancés pour mieux faire connaître les plantes.



MILLYMENTHE
35 pl. du Marché, 91490 Milly-la-Forêt
Tél. : 01 64 98 80 87



NOUVELLE CARTE DE RANDONNÉE ÉQUESTRE

entre Juine et Essonne

Après la carte équestre du Gâtinais sud, éditée par le Parc naturel régional du Gâtinais français en janvier, voici une nouvelle carte de nature à satisfaire les cavaliers épris de découvertes diverses et variées sur le territoire du Parc. Cette fois, ils vont pouvoir cheminer « entre Juine et Essonne ».

Cartoscopie de ce nouveau guide de l'aventure en monture !

La boucle des « Promenades équestres entre Juine et Essonne » est accessible à cheval et en attelage sportif. Sur 27 km, elle tourne autour d'Auvers-Saint-Georges, Janville-sur-Juine, Bouray-sur-Juine, Cerny, D'Huison-Longueville, Orveau, Boissy-le-Cutté, Villeneuve-sur-Auvers.

Une foule de renseignements pratiques

Une fois la carte déployée, on y trouve :

- le tracé détaillé du parcours (27 km sans les accès), avec une courbe des dénivelés topographiques,
- les centres équestres « Points de départ », Bois Moret à Auvers-St-Georges et Écuries de la Boissière à Orveau,
- les points d'eau,
- une rubrique essentielle en randonnée : **restauration et ravitaillement** :
 - . restaurants, cafés, brasseries,
 - . commerçants (boulangers, épiciers...),
 - . produits locaux du Gâtinais (cresson, safran...),
- les hébergements pour l'accueil des cavaliers mais aussi des chevaux.

La rubrique **À voir/À découvrir** vous invite à la découverte des richesses des communes traversées.



Bonne conduite

Comme tout randonneur, le cavalier partage les chemins avec les piétons, les cyclistes... Les principes de bonne conduite sont rappelés, ainsi que certaines règles de sécurité... Pour une randonnée en toute sérénité !

Format de poche (14 x 8,5 cm)

Gratuite

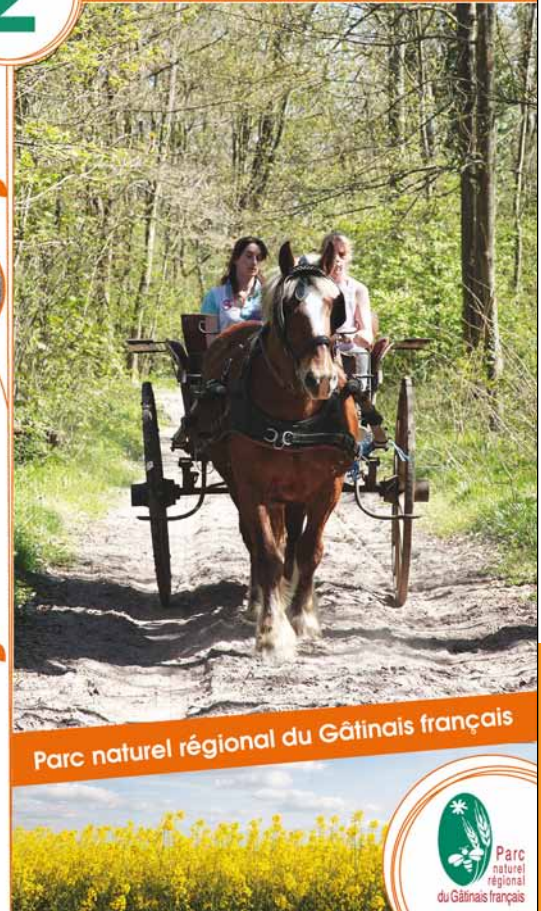
Téléchargeable sur www.parc-gatinais-francais.fr
 Disponible à la Maison du Parc, dans les Offices de Tourisme de Barbizon, Milly-la-Forêt, Saint-Fargeau-Ponthierry, au Syndicat d'Initiative de La Ferté-Alais et dans les centres équestres « Points de départ »,

Le Bois Moret à Auvers-St-Georges et Les Écuries de la Boissière à Orveau.



2

Entre Juine et Essonne
CARTE BOUCLE ÉQUESTRE



• 18 septembre - Plaine de Bière

2^e Randonnée musicale

Le 2^e volet du projet artistique de La Piccola Compagnie. Un spectacle construit sur la parole des habitants de la Plaine de Bière...

Cette compagnie en résidence met en lumière les paysages de la Plaine de Bière qui font l'objet d'un observatoire photographique, le suivi de leur évolution étant essentiel pour un développement durable. Chloé Waysfeld, chanteuse lyrique, Anne Jeanvoine, comédienne, Thierry Bretonnet, accordéoniste. Autour de Saint-Martin-en-Bière et d'Arbonne-la-Forêt, 14h30. + d'infos p. 3 et dans le programme « Journées du Patrimoine » qui paraîtra fin août.

Marché des saveurs du Gâtinais français

Les circuits courts vous connaissez ? C'est l'achat du producteur au consommateur : moins de frais, moins de transport, moins de pollution ! Plus de 20 producteurs agricoles du territoire du Parc naturel régional du Gâtinais français vous donnent rendez-vous à Achères-la-Forêt ! Juste à côté de la Mairie, de 10h à 18h.

FORUM DES ASSOCIATIONS

• 11 septembre - Perthes-en-Gâtinais
Place de la Mairie, de 9h à 18h.

LES ARTISTES EXPOSENT

• Du 2 juillet au 28 août - Milly-la-Forêt
Exposition des aquarelles de la biennale Aquarelle et Compagnie.

Samedi 2 et dimanche 3 juillet, de 10h à 12h et de 14h à 18h : démonstrations, stages, expositions et dédicaces. Un concours récompensera les meilleures productions des peintres amateurs et professionnels. Entrée libre. Espaces culturels Paul Bédu (du mercredi au dimanche de 14h à 18h) et du Moustier (horaires d'ouverture de l'Office de tourisme, 01 64 98 83 17).

• Du 3 septembre au 16 octobre
Milly-la-Forêt

Exposition Christophe Mabillon.

Sculpteur autodidacte depuis 2002, membre de l'Armée de l'air, Christophe Mabillon s'est essayé à de nombreux matériaux : du marbre de Carrare au plexiglas, en passant par le béton et d'autres matières particulièrement innovantes. Depuis 2005, il est officiellement « Peintre de l'air et de l'espace », titre décerné par le Ministère

de la défense et nous fera le plaisir de remplir l'Espace du Moustier de ses œuvres atypiques. Entrée libre. Crypte et 1^{er} étage espace culturel du Moustier (horaires d'ouverture de l'Office de tourisme, 01 64 98 83 17).

• Du 17 septembre au 30 octobre
Milly-la-Forêt

Exposition des céramiques de Cocteau de l'atelier Madeline / Jolly.

En 1957, Cocteau s'est initié à la céramique grâce à ses amis Marie-Madeleine Jolly et Philippe Madeline. Dans leur atelier, il créa plus de 300 céramiques. Les quelques pièces exposées toute l'année à l'Espace culturel Paul Bédu seront complétées, le temps d'une exposition, par des céramiques et lithographies de la galerie Madeline-Jolly, tenue aujourd'hui par la fille du couple, Anne Madeline.

Cette exposition exceptionnelle sera présentée à l'occasion du 48^e anniversaire de la mort de Jean Cocteau. Espace culturel Paul Bédu, du mercredi au dimanche de 14h à 18h. Entrée libre.

• 24 et 25 septembre - Milly-la-Forêt
Marché des potiers.

Expositions, démonstrations... Entrée libre. Sous la halle.

QUE LE SPECTACLE COMMENCE !

• 9 et 10 septembre - Milly-la-Forêt
Spectacle « Les demoiselles de Milly ».

Grand spectacle de plein air retraçant l'histoire de Milly-la-Forêt. Parking du Moustier, 20h30. Réservation des places à l'Office de tourisme de Milly-la-Forêt, 01 64 98 83 17. 5€, gratuit pour les -10 ans.

MUSICALEMENT VÔTRE

• Du 30 août au 3 septembre
Saint-Martin-en-Bière

Master Class de l'École des musiques du Pays de Bière - Didier Lockwood. Stade/terrain de foot, à partir de 18h. Accès libre.

• 17 septembre - Perthes-en-Gâtinais
Concert des artisans et commerçants.

Michel Jonasz, Les Gypsies, VigonSalle polyvalente. Accès libre. Informations en Mairie, 01 64 38 02 81.

TERROIR ET TRADITIONS

• 4 septembre - Moigny-sur-École
19^e Marché rural en Gâtinais.

Produits et Artisanat du terroir Gâtinais.

Animations tout au long de la journée. Grand-Rue et place de l'Église. Informations au 06 89 44 45 65.

• 10 septembre - Le Vaudoué
Fête patronale « Saint-Loup ».
Place du village, l'après-midi.

• 10-11 et 17-18 septembre - Dannemois
Exposition « Au temps des moulins - La rivière l'École et ses affluents ».
Organisée par l'association Dannemois se raconte. Salle JP Cayot, de 10h à 18h. Entrée libre. (voir p. 5).

• 25 septembre - Amponville
Festival des passionnés et marché du terroir.

Venez découvrir et discuter avec les passionnés de votre région (modélisme, collections, artisanat...) et discuter des spécialités locales. Parc des Manneries, de 9h à 18h. Entrée libre.

ENVIRONNEMENT ET SORTIES NATURE

• 31 juillet - Milly-la-Forêt
Visite guidée thématique « Les plantes à parfum ».

Conservatoire des Plantes (route de Nemours, 01 64 98 83 77), 15h30.

• 28 août - Milly-la-Forêt
Visite guidée thématique « Les plantes tinctoriales ».

Conservatoire des Plantes (route de Nemours, 01 64 98 83 77), 15h30.

• 17 septembre - Milly-la-Forêt
Rallye pédestre. Organisé par l'association du marché de l'Herboriste.

• 17 et 18 septembre - Milly-la-Forêt
Visite guidée thématique « Histoire de la culture des plantes à Milly ».

Conservatoire des Plantes (route de Nemours, 01 64 98 83 77), 15h et 16h30.

• 25 septembre - Milly-la-Forêt
Visite guidée thématique « Les plantes à fibres ».

Conservatoire des Plantes (route de Nemours, 01 64 98 83 77), 15h30.

Pass' Essonne : www.passessonne.com
Balad' Pass 77 : www.tourisme77.fr

ZOOM GOURMAND



Tisane Digestion BIO

Une spécialité de Millymenthe, recommandée par Sabine Foughali

Pour une tasse

- .1 pincée de feuilles de romarin
- .1 pincée de feuilles de mélisse
- .1 pincée de semences d'anis vert
- .1 pincée de menthe poivrée de Milly

Faire bouillir de l'eau. Jeter les feuilles dans l'eau frémissante, enlever du feu et couvrir.

Laisser infuser 5 à 8 minutes. Filtrer et servir.

Les 69 Communes du Parc

Achères-la-Forêt, Amponville, Arbonne-la-Forêt, Auvers-Saint-Georges, Barbizon, Baulne, Boigneville, Boissy-aux-Cailles, Boissy-le-Cutté, Boulancourt, Bouray-sur-Juine, Boutigny-sur-Essonnes, Bouville, Brouy, Buno-Bonnevaux, Burcy, Buthiers, Cély-en-Bière, Cerny, Chailly-en-Bière, Chamarande, Champcueil, Champmotteux, Châtenoy, Chevannes, Chevrainvilliers, Courances, Courdimanche-sur-Essonnes, Dannemois, D'Huison-Longueville, Fleury-en-Bière, Fromont, Garentreville, Gironville-sur-Essonnes, Guercheville, Guigneville-sur-Essonnes, Janville-sur-Juine, La-Chapelle-la-Reine, La-Ferté-Alais, La Forêt-Sainte-Croix, Larchant, Le Vaudoué, Maisse, Milly-la-Forêt, Moigny-sur-École, Mondeville, Nanteau-sur-Essonnes, Oncy-sur-École, Ormesson, Orveau, Perthes-en-Gâtinais, Pringy, Prunay-sur-Essonnes, Puiset-le-Marais, Recluses, Rumont, Saint-Fargeau-Ponthierry, Saint-Germain-sur-École, Saint-Martin-en-Bière, Saint-Sauveur-sur-École, Soisy-sur-Ecole, Tousson, Ury, Valpuseaux, Vayres-sur-Essonnes, Videlles, Villeneuve-sur-Auvers, Villiers-en-Bière, Villiers-sous-Grez