

LE MAG

Découvertes

Balades, Producteurs, Patrimoine, Recettes...

PRINTEMPS
2025

PLAINE
DU ROUSSILLON p 3-9

CÔTE VERMEILLE p 11-15

VALLESPİR p 16-21

CONFLENT p 22-27

CERDAGNE
& CAPCİR p 28-33

FENOUILLEDES p 34-39

CE MAGAZINE VOUS EST OFFERT PAR

LaSemaine
du Roussillon

bonnement renouvelable par tacite reconduction à l'échéance

Elne La Cathédrale

La cathédrale a été construite au 11e s. Elle est le symbole de la richesse passée d'Elne, siège de l'évêché du Roussillon jusqu'au début du 17e s. Sa construction est riche en signes de l'évolution de l'art roman puis gothique au fil des siècles, notamment dans l'architecture des voûtes. Elle comporte quelques singularités. La nef, en particulier, n'est pas horizontale, mais s'élève plus on s'éloigne du chœur, selon des techniques héritées de l'antiquité. A voir, à l'intérieur, une table d'autel à lobes des 10e et 11e s., un maître-autel du 18e, un bénitier en marbre (vasque romaine), une pietà en albâtre du 15e s. et mille autres choses.

Le Cloître et Bacchus La reconnaissance par le vin

Tout fout le camp, y compris les belles traditions. Jusqu'au siècle dernier, une coutume voulait qu'à l'époque de la Toussaint, le clergé vienne chanter dans le cloître, devant un bas-relief représentant un évêque coiffé d'une mitre à cornes, bas-relief qu'il aspergeait abondamment de vin blanc. (Si c'est pas dommage !). Une manière originale de se montrer reconnaissant. La sculpture représente en effet un évêque de la ville, Guillaume de Jorda, qui avait donné une vigne au chapitre. On faisait ainsi, en quelque sorte, goûter chaque année le vin nouveau de sa donation au saint homme. Malheureusement, cette coutume racontée par Mérimée a disparu. On peut néanmoins se consoler de joyeuse façon en dégustant les vins du cru. Tout n'est pas perdu.



👉 Le Cloître, un des préférés de Mérimée

Il servait de lieu de méditation et de promenade aux chanoines du chapitre. Là aussi, la construction montre l'évolution de l'art roman (Galerie Sud du 12e s.) vers le gothique (galerie Ouest 13e S. et Est 14e s.). L'unité de l'ensemble en font un des plus beaux cloîtres de France, malgré ces différentes époques de construction et la richesse de ses sculptures. Un des préférés de Mérimée, écrivain, mais aussi inspecteur général des monuments historiques.

**Prenez soin de vous ...
Nous prenons soin de votre voiture !**

FORFAIT CLIMATISATION
à partir de

69€

Pour vos pneus
Nous consulter

PARALLELISME
à partir de
55€

PNEUS
4X4 et
UTILITAIRES
DISPO

PRISE EN CHARGE
DU CONTRÔLE
TECHNIQUE
75€

Plusieurs forfaits
disponibles

Renseignez vous

FORFAIT VIDANGE

essence ou diesel

Filtre huile + joint + contrôle
et correction des niveaux
Jusqu'à 5 litres d'huile

semi-synthèse
10 W 40

100% synthèse
5 W 30

59€

79€

FORFAIT REVISION

essence ou diesel

Filtre huile + air + carburant
+ habitacle + joint + contrôle
et correction des niveaux
Jusqu'à 5 litres d'huile

semi-synthèse
10 W 40

100% synthèse
5 W 30

195€

240€

DISTRIBUTION

+ pompe à eau
+ courroie
d'accessoire

ex. : CLIO 1,5 dci, CITROEN C3
PEUGEOT 206

A PARTIR DE

380€

BATTERIES

essence ou diesel

50 AH **65€**

60 AH **72€**

70 AH **80€**

**Batterie « Start & Go »
DISPONIBLE**

ALESSANDRO 66 - LE SOLER - 04 68 92 16 14

Domaine Ste-Eugénie - Ancienne route de Prades - du Lundi au Vendredi de 8h à 18h Non Stop

Elne

Vingt-cinq siècles vous regardent !

Elne, c'est la ville mémoire du Roussillon. Des fouilles archéologiques ont montré que le site était déjà habité il y a vingt-cinq siècles. Tite-Live mentionne l'existence d'Illibéris, son nom d'alors, 218 ans avant J.-C. : « *citè Ibère avec laquelle Hannibal négocia son passage lors de sa campagne romaine* ». La ville, depuis ses origines, a considérablement été marquée par l'histoire. Au I^{er} siècle, « *cette cité jadis grande* », selon Pline, n'était plus « *qu'un modeste bourg* ». La ville se développe à nouveau à partir de la fin du I^{er} siècle. L'empereur romain Constantin lui donne le nom de *Castrum Helenae*, en l'honneur de sa mère, ce qui ne lui porte pas chance : il y est assassiné en 350. L'empire

latin s'effondre et un siège épiscopal est créé en 568 par les Wisigoths dans ce qui s'appelle désormais Helna. Ensuite, la ville va être le terrain de jeux de nombre de conquérants. Les Arabes la prennent en 719, avant d'en être chassés. Au 10^e s., Elne perd son titre de capitale du Roussillon au profit de Perpignan, mais reste le siège de l'évêché. La cathédrale romane est consacrée en 1069. En 1285, Philippe III le Hardi, en guerre contre le roi d'Aragon, assiège la ville, incendie la cathédrale et massacre la population qui s'y était réfugiée. Le marbre, marqué alors, se souvient encore de la joyeuse curée. La ville sera encore assiégée plusieurs fois au cours des



siècles suivants, avant de devenir, à partir de la fin du 17^e s., une jolie et calme bourgade agricole. Elne a conservé nombre de témoignages de son passé historique, notamment sa cathédrale et son cloître. La cité, riche en galeries d'art, - Matisse et Derain l'ont fréquentée -, doit au talent de

Maillol la statue de son monument aux morts. Elle abrite aussi le Musée Terrus, du nom du peintre, musée qui a été à l'origine de la découverte de l'affaire des faux Terrus, une affaire de faussaire qui a fait l'actualité internationale ces dernières années et qui n'est pas encore achevée.



 **ÉCRIN
de ROCHE**

Billeterie  **GROTTES des
CANALETTES**

Bijoux-minéraux

Esotérisme

Espace Bien-être (massage, soin énergétique)

Salon de thé/café

Produits locaux



4 Galerie du Capcir

66140 Canet-en-Roussillon

Plage

06 32 36 30 60

@ecrinder Roche



Thuir

Une cuve, un cellier, du vin...

Thuir, c'est la capitale des Aspres. C'est aussi le lieu de résidence privilégié de la plus grande cuve en bois du monde. Enfants des communes rurales voisines, nous ramassions des fleurs de sureau, - cet arbre au bois léger -, qui servait à la toujours mystérieuse fabrication du Byrrh. La marque d'apéritif lancée par une famille thuirinoise, les « Violet », a fait le renom de la ville. Les célè-

bres caves appartiennent aujourd'hui au groupe Pernod-Ricard. Achevée en 1950, la plus grande cuve en bois du monde trône là, entourée de 800 autres cuves et foudres en chêne. La communauté de communes des Aspres organise des visites guidées sur l'histoire de l'entreprise Byrrh, une société au développement fulgurant et pionnière longtemps en termes de communication.

Passa

Le Monastir del Camp



« C'est un trou de verdure où chante une rivière ». Le hameau du Monastir del Camp colle parfaitement au vers de Rimbaud. Vous le trouverez sur la commune de Passa, route de Villemolaque. Avec son cadre vert, ses chênes et ses pins centenaires, vous ne pouvez pas le manquer. Selon la légende, c'est à Charlemagne que l'on doit l'édification de la chapelle d'origine. L'empereur livrait alors bataille aux Maures. Son armée, assoiffée, menaçait d'être vaincue. Charlemagne implora Vierge. Miracle : un filet d'eau commença alors à couler. Il permit aux Francs de vaincre. En remerciement, l'empereur fit construire une chapelle dédiée à Marie. A deux pas de celle-ci, la petite « rivière du miracle », continue toujours à couler, enfin quand il n'y a pas de période de sécheresse. On trouve mention de la chapelle en 1110. Le portail de l'église date du 12^e s. Sculpté dans du marbre du Conflent, il regorge de symboles propres à l'ordre des Templiers : croix aux pointes évasées, signes huit... Un véritable mystère à lui seul. Il aurait été l'objet d'un échange avec le mas Deu, l'ancienne et puissante commanderie des Templiers, située à quelques kilomètres de là. A l'intérieur du Monastir, un petit et très beau cloître, achevé en 1307, aux colonnes rondes ou polygonales, légèrement ouvert vers le Sud vaut vraiment le détour. Le lieu est encore empli de mystères. A voir aussi... la petite chapelle de Saint-Luc, ermitage élevé sur une colline à 4 km du village de Passa, offre un très beau panorama sur la plaine.



À voir

A proximité le village de Castelnou et son célèbre château médiéval.



LAC DU SOLER

Venez vous amuser en famille ou entre amis

PARC AVENTURE DU SOLER

1 QUICK JUMP

7 PARCOURS

7 TYROLIENNES

SNACK

Lac du Moulin
Route de Pézilla
66270 Le Soler

 **Parc Aventure du Soler**
06 40 79 07 47
contact@parc-aventure-du-soler.fr

BAIXAS, CALCE

Du Roc Redon au Crest Petit

4 H 45

C'est une balade en partie en ligne de crêtes, avec une ouverture exceptionnelle sur le département. Entre carrière, cabanes et ermitages du Moyen-Age c'est également la traversée d'un vignoble d'exception. Jean Philippe Lapeyre

On part récupérer le Chemin Sainte-Catherine pour atteindre l'ermitage Santa Caterina. Depuis la Révolution, l'Etat a récupéré les biens du clergé. La première mention de cet ermitage remonte à 1401. Passer derrière l'église pour trouver un chemin qui débouche dans une vigne pour se connecter sur la piste DFCI F150, balisage jaune. On grimpe vers la cote 170 direction l'ancienne carrière de marbre gris noir. Ce marbre polychrome dit pierre de Baixas a été exploité dès le XII^e siècle. On le retrouve dans des édifices comme la Porte Notre Dame du Castillet, le Palais des Rois de Majorque ou encore au Campo Santo. On continue en montée vers la Coma Pregon et direction Roc Redon sur la piste DFCI F145. Des antennes, on a un très beau panorama sur la plaine, Le Canigó jusqu'aux Albères et de l'autre côté sur la vallée de

l'Agly avec La Tor del Far et le château de Quéribus. On poursuit le marquage jaune du PR qui vous conduit directement à Calce par La Cressa. Une petite visite du cœur historique du village et de son château médiéval s'impose. On rebrousse chemin pour prendre à droite Ermitage Sainte-Catherine par les vignes, piste DFCI F146. On va passer devant la cabane de Las Coume. On poursuit pour trouver à gauche une pancarte indiquant la piste DFCI F146. C'est ici à la cote 208 qu'on la quitte pour prendre un chemin à droite qui rentre dans les vignes. On va récupérer le sentier découverte pour filer vers la table d'orientation. Autour de ce chemin d'interprétation, vous trouverez de nombreux panneaux didactiques sur la vigne, les oliviers ou encore les murettes. On reste sur le Sentier de Découverte pendant 10 min, après le panneau de La Syrah et des murettes contourner la



Le Roc Redon avec un magnifique panorama du Canigó à la mer.

Fiche technique

Comment s'y rendre ?

- ❖ **Distance depuis Perpignan** : 9,7 km, 12 min
- ❖ **Depuis Perpignan** : De la place de Catalogne à Perpignan, prendre la Pénétrante Nord, direction Narbonne puis suivre Saint-Estève sur la D616. A l'entrée de Saint-Estève continuez sur la D45, Rivesaltes, Baixas. Puis sur la D614, Espira, Baixas. Dans Baixas, poursuivre tout droit sur le Bd Sadi Carnot puis suivre Cave Coopérative à droite, on va sauter sur le boulevard de La République, passer devant la mairie pour arriver au parking en plein centre-ville.

Feuille de route

- ❖ **Durée** : 4h45 à une moyenne de 3 km/h sans pause ni visite.
- ❖ **Distance** : 14,4 km
- ❖ **Alti départ** : 75 m ; Alti mini : 75 m ; Alti max : 328 m
- ❖ **Dénivelé** : + 438 m ; - 438 m
- ❖ **IBP Index** : 52
- ❖ **Balisage** : jaune et pas de balisage
- ❖ **Difficulté** : Moyen
- ❖ **Matériel** : Boussole, carte IGN, jumelles, bâtons.
- ❖ **VTT durée** : 1h20 à une moyenne de 10 km/h sans pause ni visite.
- ❖ **Cartographie** : IGN Top 25, 2448 OT Thuir et 2548 OT Perpignan
- ❖ **Météo** : www.meteo.fr

Haltes agréables

- ❖ L'ancien château médiéval de Calce



Les vestiges d'un moulin à vent face à la plaine du Roussillon.

vigne par la gauche. On va remonter vers le croisement de l'Ermitage puis se diriger vers une tour qui est en fait un moulin à vent planté sur une colline pour profiter du panorama sur le Roussillon. Face à l'entrée du moulin, un chemin file au nord sur une quarantaine de mètres pour croiser une nouvelle sente, prendre à droite. Désor-

mais on laisse les départs de sente à droite pour poursuivre pendant 10 min et atterrir au niveau du Calvaire. D'ici retour par le même chemin qu'à l'aller.

Carte



Trace GPX



Rivesaltes

Le Fénix, une adresse incontournable de la cuisine durable

En trois ans, Le Fénix s'est imposé comme une référence à Rivesaltes pour les amateurs de cuisine durable et de circuits courts. Aux commandes, Sébastien et Sarah Colombier proposent une cuisine authentique et créative, où chaque ingrédient raconte une histoire. S.V.

Sébastien Colombier, chef des Toques Blanches du Roussillon, valorise les produits locaux et sublime le terroir. « Nous avons la responsabilité de protéger la planète. Cela passe par les matériaux que nous utilisons, mais aussi par la mise en avant des productions de nos petits producteurs », souligne-t-il. Chaque assiette tisse un lien entre le restaurant et ses producteurs locaux, mettant en avant des saveurs riches et des associations originales. L'engagement écologique

du Fénix ne se limite pas à la cuisine. Tout l'établissement reflète cette philosophie. Sébastien partage avec enthousiasme sa passion pour les équipements innovants du restaurant, notamment un four révolutionnaire fonctionnant avec du charbon bio. « Beaucoup de clients veulent le voir. C'est un plaisir d'expliquer comment il incarne notre engagement écologique », confie-t-il. Par son respect des circuits courts et son approche écoresponsable, Le Fénix réinvente la gastrono-



Sébastien et Sarah Colombier dans leur restaurant : le Fénix.

mie en conjuguant plaisir culinaire et sensibilité environnementale. Situé avenue Victor Manaut, entre la mairie et la gare de Rivesaltes, le

restaurant a pris place dans les anciens murs des hôtels Alta Riba et Des Vignes. Une invitation à découvrir une cuisine inspirée et engagée.

ONIRIA

CANET-EN-ROUSSILLON

l'aquarium

DES RÊVES ÉVEILLÉS

ONIRIA.FR

CANET
EN ROUSSILLON

attreplains - Agence de communication • 06 08 85 11 31

Ortaffa

Un élevage d'escargots bio en pleine croissance

À Ortaffa, Jérémy Henrique est à la tête d'une exploitation unique en son genre, spécialisée dans l'élevage d'escargots bio. Ancien restaurateur, il a fait un virage à 180 degrés en vendant son activité et en investissant dans un terrain agricole. Après avoir débuté dans le maraîchage, il a choisi de se lancer dans l'héliciculture. L'élevage d'escargots n'est pas aussi simple qu'il y paraît. « Comme pour tout élevage, il faut prendre soin des animaux, les nourrir et les surveiller régulièrement » explique Jérémy. Mais les escargots sont particulièrement sensibles. « Ils sont délicats, et on estime qu'il y a environ 60 % de pertes en raison de facteurs comme la température, l'humidité, mais aussi les prédateurs et les maladies. » En dépit de ces difficultés, l'exploitation a su s'adapter et fonctionne entièrement en mode bio. « Nous avons choisi le bio car il nous semblait essentiel d'offrir des conditions naturelles à nos escargots. Ils



sont élevés en plein air, sans malbouffe ni produits chimiques » précise Jérémy. L'exploitation se distingue par son respect de l'environnement et de la biodiversité. Madeleine, une chatte noire de deux ans, participe à faire fuir les prédateurs. En France, on recense environ 400

fermes hélicicoles, dont moins de 50 sont certifiées en agriculture biologique. Cette année, la production d'escargots à Ortaffa devrait dépasser les 500 000 spécimens. Pour faire face aux défis de

plus en plus fréquents liés aux vagues de chaleur, Jérémy a également pris des mesures pour protéger son élevage. Il a planté des arbres autour des enclos afin de créer de l'ombre et protéger les escargots des fortes chaleurs estivales qui pourraient nuire à leur développement. La production des premiers escargots de l'année 2025 est déjà en préparation, rendez-vous dans 3 mois pour la dégustation. Aux beaux jours, Jérémy propose de manière régulière des cargolades sur l'exploitation : premier rendez-vous, cette année, le 10 mai à 12h. Attention : réservation obligatoire.





Cargolade

Ingrédients :

- 100 escargots petits
- 1 porró de Côte du Roussillon
- Piment en poudre
- 1 bol d'ailoli
- Bon pain croustillant
- 100 g de sel fin
- 50 g poivre
- 1 morceau de sagí (saindoux)

Préparation :

- ❶ Allumer un feu de sarments puis ajouter des rabassos (morceaux de ceps). Obtenir une braise retombante douce sans flammes.
- ❷ Pendant ce temps, préparer le mélange sel et poivre.
- ❸ Gratter au couteau pointu la coquille, ôter l'opercule.
- ❹ Assaisonner chaque escargot du mélange sel/poivre, le secouer pour en retirer le surplus. Les disposer en rangs serrés sur la garbilla (le grill) ouverture coquille vers le ciel.
- ❺ Les puristes feront chauffer sur les braises le flambadó

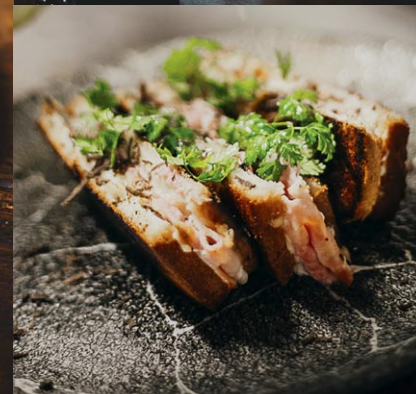
(capucin), cornet métal percé en son extrémité, avant d'y déposer du sagí rance (enrichi et pétri de piment en poudre) à fondre. Arroser chaque escargot lors de la cuisson.

❻ Retirer la garbilla dès que la bave des escargots est rousse, au bout de 12 min.

✓ Se déguste aussitôt, debout autour du grill, avec des piques à escargots et de belles tartines d'ailoli... Un bon coup de vi (un bon coup de vin) et les saveurs en bouche entament une belle sardane !



GUINGUETTE • CUISINE LOCALE • TORREILLES



© LMR Production



Restaurant l'Artichaut • Cuisine d'arrivage
26 place Louis Blasi 66440 Torreilles • 04 68 09 72 99



Randonnée

Partez bien préparés !

L'engouement pour la nature explose depuis le Covid. Aux randonneurs plus aguerris se joignent des plus novices. Rappels pour partir avec confort et sécurité. Philippe Becker

Solitude ou pas ? Même si l'on aime se retrouver en toute intimité avec le paysage, il est recommandé de partir accompagné dès qu'il s'agit de montagne. A minima, si vous partez seul, indiquez votre itinéraire à des proches. En période de chasse, être en groupe permet également d'être plus visible et d'éviter les intoxications au plomb. Si vous partez avec vos enfants, n'exigez pas le même rythme que vous avant sept ou huit ans, et privilégiez les haltes sur des points d'intérêt. A partir d'une dizaine d'années les enfants ont une meilleure endurance et les sorties dépassant les 10 km sont envisageables. On fait des pauses toutes les heures, on boit et on grignote ! Si on tarde sur l'objectif, on renonce et on fait demi-tour. Le pic ou le sous-bois ne vont pas s'échapper, vous reviendrez. Avant le départ, on mange des sucres lents et on s'informe. D'abord sur la météo, bien entendu, mais aussi sur le parcours. On repère le balisage et les sources de ravitaillement le long du sentier, qu'il s'agisse du point d'eau pour les gourdes, ou de la boulangerie du hameau. Même si, soyons sérieux, la boulangerie a fermé il y a quarante ans. En cas d'orage, on évite les crêtes, on laisse tomber tout ce qui est métallique de type bâton télescopique, on ne stationne pas sous les arbres et rochers, et si la foudre tombe on s'assoit par terre.

On ne part pas tout nu !

La tenue : Ne pas faire l'erreur de préparer sa tenue en fonction de la température au point de départ. Les temps changent brusquement dès qu'on grimpe, envisagez même les températures négatives. Prévoyez une couche imperméable en cas de mauvais temps. Et surtout une seconde paire de chaussettes ! Randonner avec des chaussettes mouillées est probablement ce qui s'approche le plus de la damnation éternelle. Petite astuce, vous pouvez tenter le pieds nus si vous le supportez, c'est parfois préférable. Ayez de quoi couvrir les extrémités : bonnet et gants. On se cache aussi du soleil : crème, casquette et lunettes.

Le sac à dos : en priorité, vous avez de l'eau. A la journée, avec les efforts, un minimum de deux litres par personne est recommandé. Vous avez bien sûr de quoi manger, avec l'indispensable fouet catalan, sous peine d'excommunication. Fruits secs et biscuits sont des valeurs sûres. Les vêtements de rechange, une carte IGN du secteur pour que tout ne repose pas sur le smartphone, et le smartphone en question bien entendu. Un sifflet en cas de brouillard, c'est rassurant. Une boussole aussi si vous savez vous en servir. La trousse de secours contiendra bandes, compresses et pansements, pince à épiler, aspirine ou paracétamol à croquer, couverture de survie. Vous avez aussi une lampe. En clair, de quoi passer la nuit en cas de pépin.



Bien choisir ses chaussures

La rando, c'est le pied. On choisira la chaussure avec soin. Si la rigidité, notamment sur la torsion de la semelle, est importante, on constate un marché qui s'oriente vers plus de souplesse et de légèreté pour le reste de la chaussure, avec parfois des modèles à mi-chemin entre randonnée et trail. Il faut néanmoins que les malléoles et les orteils soient protégés, mais on appréciera des modèles comme l'ultra-mid GTX de Salomon qui permettent des marches rapides voire de brèves courses. Pour des terrains très montagneux avec pierriers, on reviendra néanmoins sur davantage de maintien. Pour l'accroche de la semelle, les gommes tendres ont un beau grip sur le caillou, mais s'usent plus vite. Enfin, ne pas lésiner sur l'imperméabilité et la respirabilité. En la matière, la marque Gore-Tex n'a pas le monopole de cette technologie. On optera pour une pointure ou une demi-pointure de plus car les pieds gonflent sous l'effort. Oubliez l'idée que la chaussure « se fera ». C'est le cas parfois pour la forme, pas pour la pointure ! Enfin, on ne fait pas de gros trek avec des chaussures neuves.

Randonner avec les tout-petits, c'est possible

Vous voulez en mettre plein la vue à votre héritier, ou bien mamie en a simplement marre de le garder ? Il existe des porte-bébé de randonnée suffisamment bien conçus pour partir à la journée. Votre petit doit savoir se tenir assis et en général ne pas dépasser une vingtaine de kg. Le dispositif est donc utilisable pour un enfant jusqu'à cinq ou six ans. Si on trouve des premiers prix pour une cinquantaine d'euros, nous recommandons d'investir au moins 130 euros pour un minimum de confort. Le coup de cœur de la rédaction va sur la marque Deuter et ses modèles respirant qui flirtent avec les 300 euros. C'est cher, mais vous remercerez l'armature rigide qui crée un espace entre votre dos et l'enfant, ainsi que la béquille qui permet d'installer la progéniture au sol. Avec les ceintures centrales et dorsales, le poids est bien réparti et la marmaille se fait oublier, sauf quand elle chouine. Les porte-bébés, qui pèsent en général 2 à 3 kg, viennent avec des accessoires, notamment des pare-soleil.



Expérimentez la joie du parent béat qui montre la nature à un petit ingrat qui veut rentrer à la maison.

© P. Becker

BANYULS-SUR-MER

Sentier Littoral en boucle

3 H 15

On débutera notre circuit à travers le vignoble banyulenc pour prendre de la hauteur avant de se connecter au sentier littoral. C'est ici que les Pyrénées plongent dans la Méditerranée offrant des points de vue hors du commun du Cap Creus au Mont Saint-Clair à Sète. JPL

Suivant où vous vous êtes parqués, nous démarrerons nos explications du pont à voie unique qui enjambe la Ribera de Vallauria avant la gendarmerie. On remonte la rue Pierre de Marca, on laisse un premier embranchement à droite, puis un second à gauche pour atteindre un troisième croisement. Prendre à gauche le chemin du Mas Guillaume. Faire 100m et prendre à gauche, rue Colline aux Oliviers. On va déboucher dans la rue Dr Vilarem, vous avez le départ du sentier en face et qui file à droite. On va longer le grillage pour atteindre la Colline aux Oliviers. Désormais balisage jaune, direction Le Coll de La Creu à 40min. On va emprunter un joli chemin muletier avant de croiser la tour d'époque médiévale du mas Pages. Cette tour faisait partie du réseau des six tours à signaux ceinturant Banyuls. Au fil de la montée, la vue s'ouvre sur le Cap Bear, Banyuls ou encore la Torre de La Madeloc et de La Maçana. Le Coll de la Creu est

matérialisé par un poteau d'indication. Sur votre droite, le long du chemin à une vingtaine de mètres, vous avez un gros affleurement de schiste posé sur la crête et juste en dessous un plus petit. Pour l'œil averti vous pourrez distinguer une gravure d'un bateau avec un personnage les cheveux dressés. Revenir au poteau et prendre de suite à gauche en montée le chemin barré d'une croix jaune. On sort du balisage jusqu'à la connexion avec le sentier littoral. La sente est bien tracée. On remarquera les nombreux murs qui zèbre la colline et les cabanes en pierres sèches qui occupent les anciennes parcelles agricoles. On laisse une sente sur la droite, pour se diriger vers une hauteur marquée par un gros cairn visible de loin, point culminant de la randonnée. On passe dans la descente et très vite on a une pierre à cupule au beau milieu du chemin. Cet artéfact du Néolithique d'une dizaine de centimètres de diamètre, trahit la présence de nombreux dolmens dans le secteur. Comptez

13min pour atteindre la route au Coll de Gran Bau à la cote 194 puis se diriger vers les antennes pour récupérer la D914 et la table d'orientation du Cap Rederis. Ici on



De la table d'orientation du Cap Rederis une perspective sur les Caps de La Vella et Béar.

Fiche technique

Comment s'y rendre ?

- ❖ **Distance depuis Perpignan** : 39Km, 45min
- ❖ **Depuis Perpignan** : De Perpignan place de Catalogne, remontez les boulevards des Pyrénées, Mercader, Poincaré pour récupérer la route d'Argelès-sur-Mer et la D914 jusqu'à Banyuls. Traverser le village et juste avant la mairie, au rond-point prendre à droite sur l'avenue De Gaulle. Juste après le pont du chemin de fer, prendre à gauche sur le pont à voie unique direction Puig del Mas. Parcage de suite à droite, gratuit, sinon sur la gauche à une centaine de mètres, grand parking payant.

Feuille de route

- ❖ **Durée** : 3h15
Le temps est calculé à une moyenne de 3km/h sans pause ni visite.
- ❖ **Distance** : 9.7 km
- ❖ **Difficulté** : Facile
- ❖ **IBP Index** : 46
- ❖ **Dénivelé** : +428m ; -426m
- ❖ **Alti départ** : 16m ; **Alti mini** : 0m ; **Alti max** : 300m
- ❖ **Balisage** : Jaune, pas de balisage
- ❖ **Matériel** : Chaussure de randonnée, boussole, carte IGN, bâtons, jumelles
- ❖ **Cartographie** : IGN Top 25 : Banyuls-sur-Mer, Côte Vermeille 2549 OT
- ❖ **Météo** : www.meteo.fr
- ❖ **Risque** : www.prevention-incendie66.com

Haltes agréables

- ❖ Les criques de Tailliau ou du Cap de La Vella

se connecte sur le sentier Littoral retour Banyuls. On file en descente vers les Espèrades et la plage de Taillieu à 15min. Petite variante sur le Cap de La Vella. On va rapidement trouver une sente sur la droite que l'on emprunte. Pas de balisage. On va passer au plus près des falaises en contournant par la droite la cote 64 et se diriger vers la pointe Finistère du Cap de La Vella. On va poursuivre sur sa partie nord en gardant le chemin le plus à droite. On va trouver une descente vers une petite

crique déserte. En poursuivant, on va apercevoir sur la gauche les poteaux qui matérialisent le sentier littoral. Vous avez une seconde descente sur la droite dans une seconde crique tout aussi déserte. Désormais, on va rejoindre le sentier littoral pour filer vers la plage du Cap del Troc et Banyuls.

Carte



Trace GPX



Collioure Ville de lumière

Le clocher de Collioure, impossible de ne pas l'identifier. Il a servi de modèle à tous les peintres de la création. Enfin presque. Fascinant, les mouvements de la mer entre les rochers, les oursins, les grappes de moules accrochées à fleur d'eau, les éclats blancs des poissons filant dans les fonds bleutés, les barques catalanes aux vives couleurs. Inutile de s'appesantir sur la description du village préféré des Français : la beauté de Collioure, sa lumière, ses couleurs, la sérénité du port ne se raconte pas, elle se ressent.

📍 Le Château Royal

Il a été construit aux XII^e et XIV^e s. pour servir de résidence d'été au roi de Majorque Jacques II, d'où son nom de Royal. En 1207, une partie des terrains situés entre le château et le port a été cédée aux Templiers, et l'Ordre s'y est établi. Le château fut ensuite renforcé, notamment par l'inévitable Vauban qui rasa, pour l'occasion, une partie de la vieille ville. Magnifique vue sur le port.

📍 La tour Madeloc

Par le passé, on pouvait y monter en voiture par une petite route de montagne. Celle-ci est désormais fermée aux automobilistes. Mais la balade vaut vraiment le coup, de par la vue qu'elle offre sur la plaine et la côte.



📍 Fort Saint-Elme

Comme le Fort Miradou, il a été construit pour défendre le Palais Royal aux XVI^e et XVII^e s. L'intérieur du fort ne se visite pas, mais il est accessible par la route ou via le petit train, ce qui permet de se rendre compte de l'importance de ces fortifications et du beau panorama sur le petit port et la côte.

📍 **A voir aussi le Moulin, le Musée d'art Moderne, et les Maisons Desclaux et Roque, spécialistes de l'anchois dont Collioure reste la capitale.**

Banyuls-sur-Mer

Des plages les plus douces aux vins les plus fins

Chaud en couleur, doux en saveur. Banyuls, c'est d'abord son vin doux. L'appellation de ce nectar a fait la renommée du petit port partout dans le monde. Dès les abords des Albères, les vignobles en terrasses, les vieux murs en pierres sèches des coteaux, survivants d'une autre époque, vous rappellent immanquablement le nom du terroir. La culture toujours artisanale de la vigne, on n'a pas encore inventé le tracteur 4 X 4 capable de dévaler les terrasses, a marqué la ville de sa sagesse. Banyuls est paisible. La vie s'y écoule apparemment sans heurts. Il faut dire que la météo s'y prête parfaitement. La douceur n'est pas synonyme d'inactivité. La preuve, encore une première, le laboratoire Arago, le plus ancien de

France portant sur la biologie marine, il a été ouvert en 1883, abrite l'un des plus grands centres européens de biologie marine et accueille toute l'année de nombreux colloques.

Dans l'arrière-pays, les vignes en coteaux, les oliveraies et parfois les vieux

moulins à huile, forment un magnifique décor autour des sentiers de randonnée. Le fameux GR 10, trait d'union entre l'Atlantique et la Méditerranée, démarre là. L'enfant du pays, Aristide Maillol, a laissé quelques-unes de ses plus belles œuvres à sa ville natale

📍 **A voir aussi**, le Biodiversarium du laboratoire de Banyuls, le Cellier des templiers, Le musée Maillol, installé dans la métairie où le sculpteur aimait travailler.

📍 **Ne pas oublier** non plus d'aller voir à Cerbère, l'hôtel du Belvédère, un paquebot au-dessus de la côte.



Port-vendres

Un port naturel et 28 siècles d'histoire



« La position de ce port en a toujours fait un point important pour toutes les nations commerçantes, principalement pour la France dont les vaisseaux n'ont pas d'autre refuge depuis Marseille jusqu'à la côte d'Espagne. ... Environné de montagnes, il offre un abri sûr contre la violence des vents. » C'est ainsi qu'un historien décrivait Port-Vendres en 1835. Le seul port naturel de la côte catalane est effectivement sûr. Pourtant, ses eaux profondes ne manquent pas d'épaves, telle la galère romaine découverte au fond de l'anse Gerbal. L'Histoire laisse des traces. Huit siècles avant Jésus-Christ, les marins phéniciens et grecs utilisaient déjà l'abri naturel de ce qui devint Port-Vénéris à l'époque romaine. Le port doit son nom à Vénus, la déesse de l'amour, à qui les Romains avaient construit un temple dont l'emplacement fait encore

débat parmi les historiens et chercheurs. La profondeur de ses eaux et sa sûreté ont permis à Port-Vendres de développer fortement ses activités marchandes au cours des siècles, notamment au XIX^e avec l'Afrique du Nord. Détruit en 1944 par les Allemands, Port-Vendres redevient un peu le port de commerce et de pêche - même si cette activité a fortement décliné - qu'il a toujours été. Ses multiples activités en font un lieu extrêmement vivant. Les criques qui entourent le port et la qualité des eaux en font un lieu privilégié pour les plongeurs.

✦ **A ne pas louper non plus,** entre Port-Vendres et Banyuls, le site de Paulilles, ancienne usine de dynamite Nobel, restauré et embelli magnifiquement par le Département, ce qui en fait un des plus beaux sites de la côte.

✦ L'Obélisque

Port-Vendres doit beaucoup à Louis XVI. Celui-ci avait ordonné divers aménagements bénéfiques à la ville, parmi lesquels le creusement de la vieille darse et la route rejoignant Collioure. En gloire au roi fut alors érigé un obélisque orné de quatre bas-reliefs en bronze. Construit juste avant la Révolution, il constitue le seul monument élevé en l'honneur de Louis XVI.

✦ Le monument aux morts de Maillol

Maillol est enfant du pays. Le sculpteur, né à Banyuls-sur-Mer, a laissé nombre de ses œuvres dans le département, notamment les monuments aux morts de Céret et Port-Vendres.

✦ Le Cap Béar

Enfants, il nous arrivait de passer des nuits au bord de la crique en contrebas du phare, à attendre que des congres imprudents, il y en avait, viennent s'accrocher à mes lignes de fond. On en a gardé le souvenir d'un des plus beaux endroits de la côte Vermeille. Le souvenir du phare aux pierres roses, des blockhaus témoins de l'histoire et surtout de la limpidité de la Méditerranée, de la beauté des fonds que l'on aperçoit lorsque l'on descend vers les criques, du sentier abrupt, des odeurs chaudes et fortes de la végétation méridionale grillée par le soleil... Si vous n'aimez pas la nature, n'y allez pas. L'accès au Cap Béar est interdit aux voitures en saison.



✦ La Redoute Béar

Comme les décors étaient de Roger Hart et les costumes de Donald Caldwell, les fortifications sont de Vauban. Au XVIII^e siècle, on n'y échappe guère. La Redoute Béar, œuvre du maître des fortifications, ne s'écarte pas de la règle. Elle faisait alors partie d'un ensemble de trois forts destiné à protéger Port-Vendres. Détruite en 1944 par les Allemands, elle a été restaurée. Elle accueille depuis 1962 la stèle de Sidi-Ferruch, monument commémorant le centenaire de l'arrivée des Français en Algérie.



fête de la
nature

Toutes les informations sur notre site
www.banyuls-sur-mer.com



Banyuls-sur-Mer

Villa Camille : un hôtel élégant

En mai 2024, la Villa Camille, un hôtel quatre étoiles, a ouvert ses portes à Banyuls, offrant un mélange de luxe et d'histoire sur le front de mer. Cette demeure a vu le jour en 1888 sous l'égide de l'architecte danois Petersen, à la demande de Pierre Bardou, un industriel de renom. S.V.

La Villa Camille a su conserver le charme d'antan tout en s'adaptant aux exigences de l'hôtellerie moderne. En témoignent les carreaux de ciment d'origine qui ornent toujours le sol, rappelant la riche histoire de cette demeure. Autrefois lieu d'apprentissage pour les jeunes femmes désirant devenir gouvernantes, la villa a su se réinventer tout en préservant son cachet architectural unique. Sandra, la directrice de l'établissement, raconte avec fierté l'histoire

de cette maison iconique. Sa transformation en hôtel quatre étoiles s'est faite dans le respect de son passé, tout en y intégrant des aménagements contemporains qui répondent aux attentes d'une clientèle haut de gamme. L'hôtel bénéficie d'une situation exceptionnelle, en bord de mer, offrant une vue imprenable sur la Méditerranée. Sa terrasse extérieure est un véritable havre de paix, où les clients peuvent se détendre tout en profitant



La Villa Camille est aujourd'hui un Hotel & Spa 4 étoiles. © D.R.

du climat ensoleillé. La Villa Camille ne se contente pas d'offrir un cadre idyllique, elle propose également une gamme de services dédiés au bien-être. Un spa avec piscine, des cabines de soins, un sauna et une fontaine à glace sont à disposition des visiteurs pour une expérience de relaxation to-

tale. Malgré une ouverture récente, l'hôtel rencontre déjà un franc succès. Sandra confie que « Les débuts sont très encourageants, avec une affluence qui dépasse nos attentes. L'établissement est devenu un lieu prisé tant par les locaux que par les touristes, attirés par l'alliance de son histoire et de son offre de luxe. »

OFFRE SEMAINE DU ROUSSILLON

La ferme de découverte
St André

BON CADEAU*
1 Tour à poney
(+ 3 ans / - 25 kg)
et 1 atelier de saison

*Offre valable du 05/04 au 30/06 sur présentation de la publicité et pour 2 places adultes achetées

Du 05 Avril au 04 Mai
FÊTE DU PRINTEMPS

www.ferme-de-decouverte.fr

Le Jardin de Collioure

Une table pour les fins gourmets

Le Jardin de Collioure se distingue par sa carte raffinée, où poissons frais, viandes grillées à la braise et fruits de mer occupent une place de choix. La spécialité de la maison, la célèbre cargolade, régale les amateurs de saveurs authentiques et typiquement catalanes. Pour accompagner ces mets, le restaurant met à l'honneur les crus locaux Collioure-Banyuls, avec une sélection prestigieuse des caves de l'Abbé Rous, La Rectorie, ainsi que des domaines Saint Sébastien et des Dominicains. D'autres grandes régions viticoles françaises sont également représentées, notamment Bordeaux, Bourgogne, Vallée du Rhône, Pays de la Loire et Roussillon. Dans une ambiance conviviale et chaleureuse, Le Jardin de Collioure



invite à une véritable immersion gastronomique. Que ce soit en amoureux, en famille, entre amis ou pour un dîner professionnel, l'expérience promet d'être inoubliable. L'accent est mis sur la qualité et la fraîcheur des produits, sublimés par une touche de créativité et d'originalité. Pour déguster une cuisine authentique aux saveurs ensoleillées, une seule recommandation : réserver sa table !

Les Anchois de Marie

Une recette de famille au goût authentique

Producteurs d'anchois à Port-Vendres, Marie et son mari proposent des Boquerones selon une recette de famille transmise de génération en génération. « Il s'agit d'un anchois mariné au vinaigre, préparé selon la recette secrète de ma grand-mère » explique Marie. Au départ, la jeune femme souhaite conserver la recette et ne la réaliser que pour ses proches. Mais le succès est au rendez-vous et tous ceux qui goûtent la poussent à se lancer. « Depuis 2023, mon mari et moi

avons décidé de travailler ensemble en famille pour offrir des anchois sans conservateurs ni additifs, entièrement préparés avec du poisson frais et sans congélation. Nous privilégions la qualité à la quantité, et c'est pourquoi, malgré notre petite équipe, nous faisons tout nous-mêmes, de la préparation à la mise en vente. » Pour garder le secret de la recette, tant au niveau des ingrédients que de la cuisson, ils ont fait le choix de ne pas embaucher de personnel. Les anchois sont pêchés uniquement en



Méditerranée, dans le secteur catalan, afin de garantir un produit local et de qualité supérieure. La petite entreprise met un point d'honneur à proposer des produits authentiques, à la fois savoureux et respectueux de la tradition.

Retrouvez leurs Boquerones sur les marchés locaux à Saint-Cyprien le vendredi matin, à Port-Vendres le samedi matin à l'étal des Pêcheurs et Port-Argelès le dimanche matin au marché des producteurs.

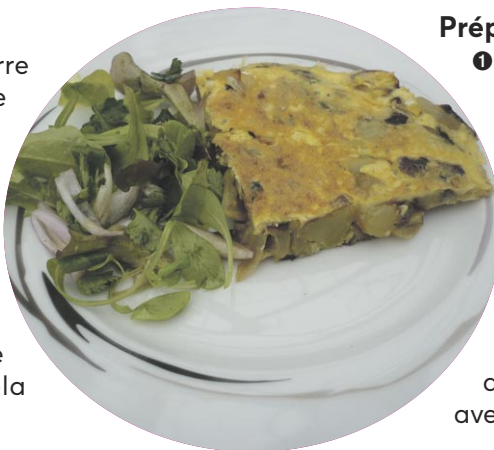
Truita

Ingrédients

4 pommes de terre, 6 œufs, 1 oignon, huile d'olive, sel et poivre

Préparation :

❶ Pelez et coupez les pommes de terre en fines rondelles. Faites-les cuire dans une poêle avec de l'huile d'olive à feu moyen jusqu'à ce qu'elles soient tendres. ❷ Ajoutez l'oignon haché et faites revenir jusqu'à ce qu'il soit doré. ❸ Battez les œufs dans un saladier et ajoutez-y les pommes de terre et l'oignon. Salez et poivrez. ❹ Faites cuire le mélange dans la poêle à feu doux jusqu'à ce qu'il soit doré des deux côtés.



Patates Braves

Ingrédients

4 pommes de terre, huile d'olive, 1 cuillère à soupe de paprika, 1 cuillère à soupe de farine, 1 tomate, 1 gousse d'ail

Préparation :

❶ Coupez les pommes de terre en cubes et faites-les frire dans de l'huile d'olive jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes et dorées. ❷ Pour la sauce brava, faites chauffer un peu d'huile dans une poêle, ajoutez l'ail haché, puis la tomate pelée et coupée en morceaux. Laissez mijoter. ❸ Ajoutez le paprika et la farine pour épaissir la sauce, puis assaisonnez avec du sel et du poivre. ❹ Servez les pommes de terre avec la sauce brava sur le dessus.



Du 5 avril au 4 mai 2025

Des animations exclusives :
Animations en famille,
défis, balades et visites,
dégustations...



04 48 98 00 08
tourisme-pyrenees-mediterranee.com

Arles-sur-Tech

Un sarcophage qui fait couler beaucoup d'encre



Des dolmens attestent de la présence humaine sur le site d'Arles dès la préhistoire. Par la suite, grâce à ses richesses minières, Arles va devenir pour des siècles la capitale du fer en

Vallespir. L'abbé Castellan y construit une abbaye au 9^e s. Seul le portail de l'édifice demeure, l'abbaye ayant cédé la place à une basilique. Le patrimoine de la petite ville s'est enrichi

au 13^e s. d'un beau cloître gothique, de remparts et de tours. La principale curiosité d'Arles tient dans le sarcophage du 4^e s., vestige de l'époque wisigothique, et sa mystérieuse production d'eau. (Lire ci-après la Sainte-Tombe). L'extraction du fer, son travail dans les forges, ses tissages, vont pendant longtemps contribuer à l'essor de la ville. Le minerai de fer extrait de la mine de Batère, au-dessus de Corsavy, était convoyé jusqu'au site d'Arles jusqu'à la fin des années 80 et sa fermeture définitive. Des traces de cette riche histoire demeurent partout. Le Moulin des Arts et de l'artisanat, installé sur le site des anciens Tissages catalans, restitue encore un peu de ce passé à travers un artisanat toujours

bien vivant. Arles ce n'est cependant pas seulement son patrimoine historique ou industriel, c'est aussi ses traditions, sa fête de l'ours, sa procession de la Sanch du Vendredi Saint, sa fête médiévale. La ville, comme tout le Vallespir se prête particulièrement à la découverte via les balades à pied ou en VTT, à la pêche à la truite, du parapente à l'équitation. Et pour les gourmands, on y déguste toujours les meilleures rousquilles du monde.



La Sainte Tombe et ce pauvre Prosper

Le fameux sarcophage servit un temps à abriter les reliques de deux saints, Abdon et Sennen, qu'un brave abbé, Aruffe, était allé quérir à Rome dans l'espoir qu'elles protégeraient ses ouailles de la peste et des bêtes sauvages. Depuis 1529, de nombreux rapports attestent que la tombe, aux parois de 10 cm d'épaisseur, fermée par un couvercle prismatique de pierre calcaire, produit de l'eau d'une grande pureté dans des quantités importantes, sans que l'on sache d'où elle provient. Cette eau aurait, de plus, des vertus miraculeuses. Le malheureux Mérimée avait lui-

même tenu à la goûter. Et voilà ce qu'il écrivit : *« Elle coûte vingt sous la fiole, mais on n'en donne pas à tout le monde. Il faut en demander en catalan pour en obtenir, et pour avoir parlé « gavache », j'ai eu le chagrin d'être refusé »*. Pauvre Prosper ! L'eau de la Sainte-Tombe ne se vend plus aujourd'hui, mais le sarcophage attire toujours beaucoup de monde. Même si depuis des scientifiques ont démontré que cette eau miraculeuse viendrait d'un phénomène d'infiltration d'eau de pluie et de condensation de vapeur atmosphérique à travers les interstices du couvercle.



✎ A voir aussi à Arles

L'Abbaye, dont reste le portail oriental d'origine (9^e s.). Transformé en basilique au 11^e s. elle abrite la Sainte-Tombe. On peut y admirer également des fragments de fresques et un très bel orgue. Le Cloître. Parfaitement conservé, ce très beau cloître gothique attenant à l'église date du 13^e s. Ses arcs entourent un jardin au centre duquel s'élève une croix en fer forgé.

Prats-de-Mollo • La Preste

La ville transformée par Vauban

À l'origine, ce n'était que de bonnes prairies, d'où le nom de Prats, enserrées dans le relief montagneux des Pyrénées, au pied du Canigou et du Costabonne. Ces prés ont vu, en 982, les moines d'Arles-sur-Tech construire une chapelle et une maison d'hôtes. À partir de là, l'histoire riche de la ville est venue s'ajouter à la beauté de l'environnement. L'église romane construite en 1245 fut remplacée par un édifice gothique. En 1428, un tremblement de terre détruisit les fortifications bâties au 14^e s. Reconstruites, elles furent à nouveau démolies en 1670

lors de la révolte des « Angelets » contre le Roi de France, et réédifiées encore, pour la dernière fois par l'incorruptible Vauban. Faire et défaire, c'est toujours travailler. Le Fort Lagarde a été construit à la même époque, toujours par la volonté de Vauban. Les thermes de la Preste, connus depuis le Moyen-Âge, ont pris leur essor sous Napoléon III qui tint à profiter des vertus curatives de leurs eaux. La ville est un bonheur pour les passionnés d'histoire et de vieilles pierres, les amateurs de sports, de nature et de champignon.



Saint-Laurent-de-Cerdans

La ville de l'industrie sandalière

Saint-Laurent, c'est tout au fond, là-bas, tout en bas de la carte de France. Juste à côté de la frontière. Voilà pourquoi la contrebande s'y est développée aux 17^e et 18^e s. Les mules passaient notamment des tissus qui ont ensuite été

fabriqués de ce côté-ci de la frontière. On les utilisait pour confectionner en particulier des espadrilles, les fameuses « vigatanes » catalanes. Les cordes qui forment la semelle étaient alors tressées à la main, les toiles cousues avec de longues alènes par les artisans du village. Ces activités ont hélas cessé.

La coopérative ouvrière de production, « L'Union sandalière », qui a marqué durant 50 ans la vie du village, a, elle aussi, fermé ses portes en 1979. Le remarquable Musée d'Arts et Traditions Populaires s'y abrite désormais. L'his-



✚ L'Eglise et son os de baleine

Son parcours historique est dense. Chapelle romane à l'origine, en 982, construite par les moines de l'abbaye d'Arles-sur-Tech, elle a été successivement remplacée par une église romane à trois nefs en 1245, puis par une église gothique en 1649. Quatorze ans plus tard, la voûte unique s'effondrait. Prudent, on la rebâtissait sur quatre arcs dans



la forme actuelle. Le beau portail à deux battants et son armature en fer forgé, l'immense tour carrée du clocher, les fonts baptismaux à droite de l'entrée, datent de l'époque romane. Le plus curieux, c'est l'os de baleine planté sur le mur à droite du portail. Découvert sur les lieux, il serait, selon certains incertains, un vestige de l'ancienne coutume qu'avaient les baleines de remonter le Tech pour mettre au monde leurs petits, comme font les saumons en d'autres lieux. Les pêcheurs du cru vous confirmeront que, malheureusement, cette tradition est perdue depuis fort longtemps. Il y a des années que l'on n'a pas vu la moindre baleine dans le Tech, Même, et surtout, le 1^{er} avril.

toire industrielle de Saint-Laurent n'est toutefois pas morte. La manufacture d'espadrilles Sans et Garcerie, fondée en 1897, était relancée en 1993 par la famille Quinta qui en faisait les Toiles du Soleil, bientôt labellisée Entreprise française du patrimoine vivant et qui diffuse ses produc-

tions haut de gamme partout dans le monde. Saint-Laurent devait son autre activité passée aux châtaigniers, abondants autour du village, qui alimentaient les forges. Les forges se sont éteintes, les châtaigniers sont restés, continuant à former cette magnifique « vallée verte ».

✚ A voir

Le Fort Lagarde, construit par Vauban à l'emplacement d'une ancienne tour à signaux « La Guardia », le fort était destiné à protéger la frontière et à dissuader les habitants de se révolter à nouveau. Il abritait une garnison de 100 hommes, ce qui explique les importantes infrastructures du lieu. Le fort est relié à la ville par un souterrain qui permettait de rejoindre les fortifications à couvert, de quoi amuser les enfants... À voir aussi la Cité Médiévale de la Porte de France à la Porte du Verger ; l'Ermitage Notre-Dame-du-Coral, sur la route du col d'Ares, construit au 17^e s ; la Réserve Naturelle.

SAINT-LAURENT-DE-CERDANS

Le chemin des fontaines

4 H 50

Nous vous proposons une balade parfaitement adaptée aux chaleurs estivales. Au cœur du Bois de la Ville ou du Bosc de La Vila on part à la découverte de très belles fontaines dont celle de La Négresse Elegie du XIX^e siècle réalisée par Georges Diebolt qui a, entre autres, sculpté le Zouave du Pont de L'Alma à Paris. JPL

Au cours de cette randonnée, vous allez rencontrer une grande variété d'espèces en tout genre. Pensez à vous munir d'une application pour reconnaître toute cette richesse. Entre châtaigniers, noisetiers, chênes blancs, conifères, robiniers ou faux acacias... c'est une véritable balade botanique, un inventaire sylvicole à la Prévert. Du parking, on laisse l'Office du Tourisme sur la gauche pour remonter la rue Joseph Nivet sur une centaine de mètres puis prendre à droite une petite rue discrète qui descend vers la rivière. On suit le balisage rouge et jaune du GRP Tour du Vallespir et jaune du PR. On va plonger vers la rivière pour trouver la première fontaine del Pigall ou du Pic Vert. Un peu plus loin sur la droite vous avez la font du Sauc ou du Sureau et 50 m plus loin la fontaine des Capellans ou des curés. On pénètre dans la forêt, pour l'essentiel de châtaigniers. Une belle canopée masque la voûte céleste. On va très rapidement

quitter le GRP pour rester sur le PR, balisage jaune, circuit des Fontaines. En 30 min on arrive sur la fontaine Dauphine. Chênes blancs et noisetiers vous accompagnent jusqu'au bronze d'Elegie, la fontaine plus communément connue des Cerdans sous le nom de La Negresse. On rejoint la piste carrossable en contrebas pour se diriger vers le Coll des Colomines, compter 1 h. En chemin on aura croisé la Font dels Traginers. Attention, elle est en contrebas du chemin sur la droite. On file vers la cote 842 pour atteindre la Font del Grevolar, du Houe. On poursuit la jolie sente. Le massif du Canigó apparaît dans les frondaisons. En 10 min, on débouche sur une nouvelle piste. Prendre à gauche. On reste sur cette piste pendant 10 min pour arriver à La Font de la Roca del Corb, le rocher du Corbeau au-dessus de la cote 914. De la piste on va plonger à gauche en descente par une belle sente. En 20 min, on débouche sur une piste à la cote 751, pren-



Le massif du Canigó se dévoile à travers les frondaisons avec en pointe le Puig dels Tres Vents.

Fiche technique

Comment s'y rendre ?

- ❖ **Distance depuis Perpignan** : 60 km, 1h15
- ❖ **Depuis Perpignan** : De Perpignan place de Catalogne, remonter les boulevards des Pyrénées, Mercader pour récupérer l'avenue d'Espagne direction Barcelone, Le Boulou par la D900. Prendre la voie de contournement du Boulou pour récupérer la D115 direction Céret, Amélie. Passer Arles-sur-Tech et à la sortie de Can Partèr prendre à gauche direction Saint-Laurent-de-Cerdans sur la D3. Traverser le village pour trouver un parking proche de l'Office du Tourisme.

Feuille de route

- ❖ **Durée** : 4h50
- Le temps est calculé à une moyenne de 3 km/h sans pause ni visite.
- ❖ **Distance** : 14,350 km
- ❖ **Difficulté** : Moyen
- ❖ **IBP Index** : 56
- ❖ **Dénivelé** : + 493 m ; - 497 m
- ❖ **Alti départ** : 661 m ; **Alti mini** : 646 m ; **Alti max** : 939 m
- ❖ **Matériel** : Chaussures de randonnée, boussole, carte IGN, bâtons, jumelles
- ❖ **Cartographie** : IGN Top 25 : Céret, Amélie-les-Bains 24490T
- ❖ **Météo** : www.meteo.fr

Haltes agréables

- ❖ **La Font de La Roca del Corb et son aire de pique-nique**



dre à droite le GRP sur 70 m. On arrive sur un nouveau croisement. Ici, on quitte le balisage pour prendre le chemin herbeux qui file à droite. Désormais, on reste sur cette piste. En 10 min, le massif du Canigó fait de nouveau son apparition avec, en prime, la torre et le refuge de Batère sur la droite du massif. 45 min plus loin, on débouche dans une prairie, passer la clôture et filer tout droit. On va avoir

une magnifique perspective sur Saint-Laurent. On poursuit tout droit pour sortir de l'enclos. Bien refermer la clôture pour atteindre le GRP emprunté à l'aller. Prendre à droite et retour au village. Compter 10 min.

Carte



Trace GPX



Arles-sur-Tech

Pâtisserie Touron : le temple de la rousquille

À Arles-sur-Tech, la pâtisserie Touron est une institution, connue pour ses rousquilles, spécialité catalane transmise depuis la fin du XIXe siècle. Créée par l'arrière-grand-père d'Éric Touron, la maison a vu son savoir-faire évoluer dans les années 1930, lorsque la recette emblématique de ces anneaux moelleux et glacés fut mise au point. Aujourd'hui, Éric Touron perpétue cette tradition avec son équipe de 14 personnes, fabriquant chaque jour 2 500 rousquilles à la main. Ce processus artisanal garantit une qualité exceptionnelle,

mais limite la production, attirant des clients de loin. La pâtisserie abrite aussi un trésor historique : un four électrique de 1949, toujours en fonction. Témoignage du temps, il symbolise l'héritage familial et l'attachement à l'authenticité. Légères, parfumées au citron et recouvertes d'un glaçage sucré, les rousquilles de la pâtisserie Touron sont une référence incontournable du Pays catalan. Plus qu'une boutique, c'est un lieu de mémoire et de passion, où tradition et excellence se perpétuent avec fierté.



Éric Touron raconte avec passion l'histoire de cette pâtisserie arlésienne. © S.V.

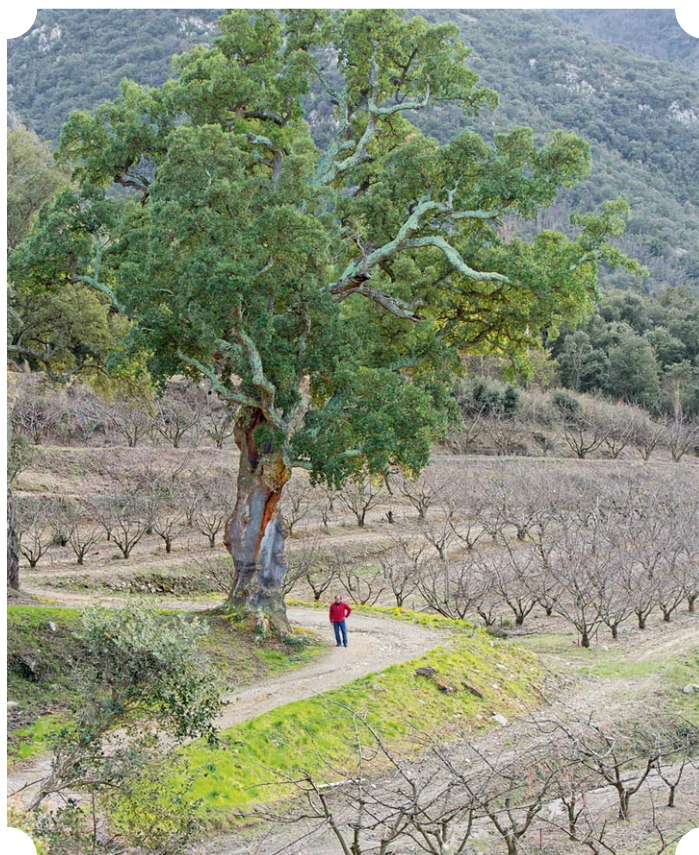
Reynès

Le chêne-liège record, un joyau naturel à découvrir

En plein cœur du Vallespir, un géant veille sur la forêt. À Reynès, dans cette belle région naturelle, trône le plus grand chêne-liège du monde, homologué par le Guinness Book des records. Ce colosse végétal, bien plus qu'un simple arbre, est devenu un véritable emblème du patrimoine naturel catalan. S.V.

L'histoire commence en 1991. Serge Arnaudès, agriculteur retraité, acquiert une parcelle de terre, intrigué par la réputation d'un chêne-liège d'exception. Curieux et passionné, il dégage un chemin pour permettre aux visiteurs d'approcher ce colosse. Depuis, avec ses parents nonagénaires et son fils Étienne, il partage ce site hors du commun avec les amoureux de la nature. L'arbre impressionne. Son tronc massif, ses branches imposantes et son écorce rugueuse fascinent les curieux. Certains viennent de loin pour le toucher,

persuadés que ce contact leur portera bonheur. « C'est un lieu unique, un écrin de nature préservé », raconte Serge, fier de cette sentinelle végétale. Mais la propriété des Arnaudès ne se résume pas à son chêne. Étienne a repris l'exploitation familiale, s'orientant vers la culture des sapins de Noël. Un travail minutieux et patient, chaque arbre demandant huit ans avant d'atteindre sa taille optimale. Une passion transmise de génération en génération. Reynès et son chêne-liège offrent une expérience unique. Que l'on



soit amateur de nature, avide de records ou simplement en quête de quiétude, ce joyau du Pays catalan promet une immersion

inoubliable. Une promenade entre histoire et magie, où l'arbre millénaire murmure aux visiteurs les secrets du temps.



Gaec le Massous

Le rêve d'une vie réalisé en couple

Sofia et Stéphane Ryckbosch se sont installés il y a trois ans. « *Avant j'étais secrétaire médicale et Stéphane était maçon* » explique Sofia. Ensemble depuis l'âge de 13 ans, ce couple, des parents de 3 enfants, décide de changer de vie et de réaliser le rêve de Stéphane. Ce dernier commence à se former et réalise deux stages, dans la bergerie qu'il finit par reprendre. « *L'ancienne exploitante voulait prendre sa retraite* ». En plus des brebis qui restent leur activité principale, ces amoureux des animaux ont accueilli des chèvres et des lamas. Leur production à partir du lait de leur brebis se compose de tommes, mais aussi du camasou, un fromage type camembert,

de fromages à tartiner, de crèmes desserts, de mato, de fromage blanc, de yaourts, de pâtes molles et de lactique. D'autres produits devraient être proposés cette année. « *Chaque année j'aime bien lancer des nouveautés, je suis en plein test de recette actuellement.* » En plus de s'occuper de leurs bêtes et de réaliser leurs productions, ils sont présents sur les marchés de Prats-de-Mollo le vendredi matin et celui de Céret le samedi matin, le stand se trouve sous les arcades. Il est également possible de retrouver leurs produits dans certaines épiceries, quelques restaurants ou directement sur l'exploitation sur rendez-vous.

Céret

Kevin de Porre revient aux sources

Céret, joyau du Vallespir, accueille un nouvel établissement gastronomique qui promet d'éveiller les papilles des fins gourmets. Ouvert depuis le 10 septembre 2024, Fario est la nouvelle adresse du chef Kevin de Porre, un enfant du pays revenu poser ses casseroles dans sa ville natale après un parcours brillant dans les cuisines parisiennes. S.V.

« *Fario est le nom des truites que je pêchais, enfant, avec mon grand-père* », confie Kevin de Porre, installé aujourd'hui au 12 rue Saint-Ferréol. À la tête de cette nouvelle table, le chef, à la trentaine affirmée, mise sur une cuisine inspirée du terroir catalan. Après avoir cofondé le restaurant Contraste à Paris (distingué de deux toques) avec Erwan Ledru, il a choisi de revenir à Céret pour ouvrir son propre établissement. Formé à l'école Ferrandi à Paris, Kevin de Porre a affûté ses compétences aux côtés de chefs de renom comme Romain Meder au Plaza Athénée et Kei Kobayashi, étoilé Miche-

lin. Son ambition pour Fario ? Offrir une cuisine moderne, respectueuse des traditions, et surtout, ancrée dans une démarche écoresponsable. Chez Fario, chaque plat raconte une histoire, celle des producteurs et artisans locaux avec lesquels Kevin de Porre collabore étroitement. « *La majorité des produits que je cuisine viennent de la région* » explique-t-il. Parmi ses partenaires privilégiés, on retrouve André Trives, fournisseur de légumes cultivés en permaculture et Mathieu Vessières, spécialiste des fruits du terroir. Avec une approche mêlant authenticité et innovation, le chef su-



Kevin de Porre aime cueillir des herbes aromatiques pour sublimer ses plats. © D.R.

blime les saveurs locales en associant herbes bienfaitrices et produits de qualité. Dans un cadre soigneusement pensé, il invite ses convives à un véritable voyage sensoriel où chaque assiette devient une expérience. Pour Kevin de Porre, l'ouverture de Fario est un retour aux sources chargé de sens. Né et grandi à Céret jusqu'à ses 17 ans, il signe ici un hommage à ses racines

tout en insufflant à sa cuisine une touche de modernité acquise au fil de son parcours. Les gourmets du Vallespir et d'ailleurs ont désormais une nouvelle adresse à inscrire sur leur carnet gastronomique. Entre terre et mer, entre tradition et création, Fario s'annonce comme une belle promesse culinaire au cœur de Céret. Le restaurant vient d'obtenir une étoile Michelin.



Gâteau au fromage blanc

Ingrédients :

3 œufs
500 g de fromage blanc
100 g de sucre
90 g de farine
Le zeste d'un demi-citron

Préparation :

- ❶ Mélanger le fromage blanc avec le sucre.
- ❶ Séparer les blancs des jaunes.
- ❶ Ajouter les jaunes d'œufs au mélange fromage blanc et sucre.
- ❶ Ajouter la farine, le zeste de citron et mélanger.
- ❶ Monter les blancs en neige et les incorporer au mélange.
- ❶ Beurrer le moule et cuire 30 min à 180°.

► Huile, herbes, épices ou fruits Accommoder les fromages de brebis

Pour adoucir le fromage de brebis, faites-le mariner dans de l'huile d'olive avec des herbes fraîches comme le thym, le romarin ou l'origan, et quelques épices comme le poivre noir ou le paprika doux. L'huile d'olive va adoucir le goût du fromage, tout en apportant une touche aromatique.

Il est également possible d'accompagner le fromage de brebis de fruits, comme des figues, des raisins ou des poires, qui apportent une douceur naturelle et équilibrent l'intensité du fromage. Ce mariage est parfait pour les plateaux de fromages ou dans des salades où les saveurs se complètent harmonieusement.

Hyundai TUCSON fête ses 20 ans.

A 31 gCO₂/km



Au quotidien, prenez les transports en commun #SeDéplacerMoinsPolluer

Hyundai TUCSON célèbre 20 ans d'excellence. Venez découvrir le nouveau Hyundai TUCSON, disponible en hybride et hybride rechargeable, chez votre distributeur. Imaginez-vous au volant de Nouveau TUCSON, avec son design repensé et sa signature lumineuse emblématique vous plongeant dans un monde de style et de technologie. Venez découvrir le nouveau Hybride TUCSON, disponible en hybride rechargeable, chez votre distributeur.



AUTO DLC SNC
Zac Tecnosud / Agrosud - 113 rue Hispano Suiza 66000 Perpignan
04 68 85 79 79



*La garantie 5 ans kilométrage illimité de Hyundai s'applique uniquement aux véhicules Hyundai vendus initialement par un Distributeur Agréé officiel Hyundai à un client final, conformément aux termes et conditions du carnet de Garantie Entretien & Assistance d'Hyundai. **Les batteries haute-tension de nos véhicules hybrides et électriques sont garanties 8 ans ou 160 000 km. Détails: hyundai.com/fr

CONFLENT

Sur les traces de Kipling

5 H 30

Un sentier chargé d'histoire autour de l'Abbaye Saint-Martin du Canigou, la très belle cascade Dietrich au pied du Canigou qui pointe ses cimes avec toujours de beaux panoramas et une montée en balcon sur Vernet-les-Bains. Jean Philippe Lapeyre

C'est une boucle très exigeante par son dénivelé, donc pour le randonneur moyen, je vous propose de scinder le parcours en deux circuits. Au départ de Vernet, Pic de L'Alzina, coll du Llevant et retour à Vernet par le chemin du Cady, difficulté facile, 7km, +360 de dénivelé réalisable en 2h30. La seconde boucle au départ de Casteil, faire le circuit du Tour de l'Abbaye sans oublier de la visiter avec en prime la cascade Dietrich difficulté moyenne + soit 5km, +600 de dénivelé pour environ 2h30. Du parking, on file vers la route de Casteil, direction Jardin d'Hiver, balisage jaune et blanc, Pic de l'Alzina, Belvédère. On va s'élever en balcon doucement au-dessus de Vernet. La sente serpente pour atteindre en 10min, le rocher de Kipling, un point de vue du paradis selon le célèbre auteur britannique

qui a aussi qualifié le Canigou de montagne enchantée. On poursuit direction Le Pic de L'Alzina. Jusqu'au Coll de Llevant et à droite vers Casteil. En chemin, aller et retour à La Cascade de Dietrich. A Casteil, on traverse le village pour récupérer le chemin du Cady, Saint-Martin. Ce joyau de l'art roman est consacré en novembre 1009. C'est l'arrière-petit-fils de Guifred el Pelut, comte de Conflent et de Cerdagne, Guifred II qui entreprit la construction de Saint-Martin-du-Canigou. Certainement une des plus belles abbayes bénédictines perchée tel un nid d'aigle sur un éperon rocheux. C'est en 1783 qu'elle va être abandonnée et tomber rapidement en ruine. C'est seulement en 1902, sous l'implication du poète catalan Jacint Verdaguer et l'évêque de Perpignan-Elne Mgr Jules Carsalade du Pont que seront entrepris de vastes campagnes de restauration. Depuis 1988, la mission de prière, d'accueil touristique et spirituel est confiée à la Communauté des Béatitudes qui reçoit plus de 30 000 visiteurs par an. Pour continuer notre par-



Point de vue du Paradis au rocher de Rudyard Kipling qui aimait venir y contempler le panorama

Fiche technique

Comment s'y rendre ?

- ❖ **Distance depuis Perpignan :** 55.5Km, 1h
- ❖ **Depuis Perpignan :** De Perpignan place de Catalogne, remontez le cours Lazare Escarguel vers Narbonne et au feu suivre Andorre, Prades. On récupère le boulevard Edmond Michelet puis la Nationale 116. Au rond-point de Villefranche-de-Conflent, suivre Corneilla, Vernet seconde sortie. Dans Vernet au rond-point descendre, 1ère sortie sur le boulevard des Pyrénées poursuivre le long du Cady sur le Boulevard du Cady et tout en haut à la pharmacie prendre à gauche avenue de Vernet puis à droite boulevard Violet. Vous allez trouver un premier parking sur la gauche, éventuellement plus haut un second parking.

Feuille de route

- ❖ **Durée :** 5h30
- Le temps est calculé à une moyenne de 3km/h sans pause ni visite.**
- ❖ **Distance :** 16.660km
- ❖ **Difficulté :** Difficile
- ❖ **IBP Index :** 89
- ❖ **Dénivelé :** +961m ; -959m
- ❖ **Alti départ :** 668m ; **Alti mini :** 659m ; **Alti max :** 1312m
- ❖ **Balisage :** Jaune et blanc
- ❖ **Matériel :** Boussole, carte IGN, bâtons, jumelles
- ❖ **Cartographie :** IGN Top 25 : Massif du Canigou 2349ET
- ❖ **Météo :** www.meteo.fr

Haltes agréables

- ❖ **Pic de l'Alzina, Cascade Dietrich, Saint-Martin du Canigou**

cours, on remonte les escaliers direction La Font del Bac dels Monjos ou des moines En 3min, on atteint l'embranchement du Belvédère. Aller et retour à droite pour profiter d'une vue d'exception sur l'abbaye et son cloître. Après la Font del Bac retour au Coll de Llevant. Cette fois, prendre à droite vers Ver-

net-les-Bains. On va déboucher au croisement de la Cascade des Anglais, prendre à gauche vers Vernet et retour au parking.

Carte



Trace GPX



Mont-Louis

La ville fortifiée la plus haute de France

Au départ, « Il n'y avait rien ! ». Puis le traité des Pyrénées qui donnait définitivement la Cerdagne et le Capcir à la France a été signé. Pas très confiant dans le document, on n'est jamais trop prudent, Louis XIV décida d'édifier une place forte destinée à protéger les routes du Conflent et du Capcir des Espagnols d'une part, et des Catalans encore un tantinet insoumis d'autre part. Vauban choisit le lieu, et ainsi naquit Mont-Louis, au nom du roi. La place forte n'ayant pratiquement pas servi, mis à part lors d'une incursion espagnole repoussée en 1794 par le Général Dagobert, elle est demeurée presque intacte.

A voir en particulier, dans la citadelle, le puits des Forçats



et sa grande roue en bois. Et aussi le plus vieux four solaire du monde. Mont-Louis bé-

néficie d'un ensoleillement exceptionnel. Le professeur Trombe et son équipe y ins-

tallent, dès 1947, le 1^{er} four solaire à double réflexion du monde. Ce four était destiné à étudier les hautes températures, entre 3 000° et 4 000 °C et servit d'exemple à tous les fours solaires construits par la suite.

❖ Il y a Ministre et Ministre

Homme politique, né à Perpignan en 1866, Emmanuel Brousse, député des P.O., a marqué fortement ses électeurs. La preuve, ils lui ont élevé à Mont-Louis un immense monument avec cette curieuse épitaphe : « Bienfaiteur de la Cerdagne, défenseur de la viticulture, à l'apôtre des économies, ministre mort pauvre ».

PARC ANIMALIER CASTEIL

100%  nature



à 5 min de Villefranche de Conflent

Tél. 04 68 05 67 54 • Rue du Cady 66820 Casteil



© Antoine Gasquez

Villefranche-de-Conflent

La grotte Notre Dame de vie

Un peu après Villefranche au bord de la RD66, un petit sentier grimpe fortement, là se trouve la chapelle Notre Dame de Vie. La petite demi-heure de grimpette vaut vraiment le détour, pour la grotte au-dessus de la chapelle, qui offre des couleurs et un panorama unique sur le relief et la vallée de Fuilla. Et des photos magnifiques.

La Grotte des Grandes Canalettes



Un voyage au centre de la terre au milieu de remarquables concrétions dont la belle « Salle blanche » et le « Temple d'Angkor ». Une magnifique géode d'améthystes, unique en Europe, exposée à l'entrée vaut à elle seule le détour. Son et lumière permanent dans la grotte.

Le Château Fort Libéria

Dominant Villefranche, il a conservé toutes les structures imaginées par Vauban en 1681 ainsi que celles réalisées ensuite par Napoléon III comme le fantastique « souterrain des 1 000 marches ». A voir en particulier, la galerie de la contrescarpe, la geôle où croupirent pendant près de 40 ans les empoisonneuses, le pont-levis et son échauquette...



Villefranche-de-Conflent Un écrin de remparts

De quelque endroit que l'on arrive, on ne voit au départ que ses remparts. La ville placée au confluent du Cady et de la Têt affiche ainsi, depuis 1000 ans, sa vocation militaire d'origine. La large vallée de la Têt se rétrécit là, formant une porte presque naturelle sur la route du Conflent et de Cerdagne. Pour interdire les razzias des Maures, c'est tout naturelle-

ment que Guillem Ramon, comte du Conflent, décida, vers 1092, d'élever à cet endroit la capitale militaire et administrative du Conflent. Fluctuant entre Aragon, Espagne et France au gré des alliances ou des guerres, Villefranche a vu ses fortifications s'amplifier grâce à l'inévitable Vauban. Le Fort Libéria, qui surplombe la ville, est aussi une de ses œu-

vres. Il a été édifié pour éviter que l'on puisse, selon son expression, « *canarder à coups de fusils tout ce qui paraîtrait dans les rues* ». Villefranche a

conservé pratiquement intactes toutes les traces de son histoire. Ses rues et ses vieilles maisons se sont enrichies de nombreux artisans.



➡ L'histoire d'Inès de Llar

Au bout de quinze ans de domination française, en 1674, les Angelets se révoltèrent contre la gabelle réclamée par Louis XIV. Un vieux noble de Villefranche, Llar et son fils décidèrent d'ourdir un complot pour livrer aux insurgés la ville occupée par l'armée française. Mais sa fille Inès de Llar, amourachée d'un officier français, Louis de Parlan, lui fit comprendre à demi-mot ce qui se tramait. L'officier de ton cœur alerta le Conseil du Roussillon et son terrible juge Sagarra. Les conjurés, dont le père et le frère d'Inès, furent arrêtés, traînés et torturés dans les geôles du Castillet, puis suppliciés dans un luxe de cruauté. La tête de son cousin, François Soler, fut exposée longtemps dans une cage suspendue aux murailles de Villefranche. Et l'officier français devint commandant de la ville. Inès finit-elle sa vie dans un couvent.

Saint-Michel-de-Cuxa La belle abbaye

La belle route de Codalet grimpe doucement dans un sublime cadre vert. L'abbaye de Saint-Michel s'y trouve, mieux qu'un bijou dans un bel écrin. La beauté du cadre colle parfaitement à la sérénité du lieu. La première église a été construite en 878 par des Bénédictins. L'affluence des fidèles va entraîner la construction d'une deuxième, puis une

troisième église, celle qui demeure encore aujourd'hui à Saint-Michel et dont les premières pierres furent posées en 956. Au X^e siècle, l'abbé Oliba y ajoute une crypte et l'atrium. La chapelle de la Vierge, circulaire, construite autour d'un pilier central unique, impressionne par sa simplicité forte. Le cloître roman, d'inspiration orientale,

premier cloître sculpté de Catalogne, a été élevé au XII^e siècle. Ses chapiteaux en marbre rose de Villefranche ont été réalisés par le même atelier qui s'illustra ensuite à l'abbaye de Serrabonne. On peut d'ailleurs y retrouver des motifs semblables. Même corrélation pour les bas-reliefs sculptés finement qui ornent le portail d'entrée de l'église.



OUVERT
7/7

de 10^h00
à 23^h00



C.Cial SUPER U • PRADES

Espira-de-Conflent

Jean-François et Fanny cultivent des grenades

Les Manglanes, grenade en catalan, est une société qui produit de la grenade en tant que fruit mais propose aussi des produits transformés. « *Je me suis installé comme agriculteur en 2019 sur les terres de mon père à la retraite.* » explique Jean-François Planas. Alors que les générations précédentes ont cultivé des pêches, des abricots et un peu de cerises. Jean-François opte pour une culture résiliente qui s'adapte au changement climatique. « *La grenade a également des vertus thérapeutiques intéressantes. Nous avons choisi trois variétés douces et acidulées sans l'amertume qu'on peut retrouver habituellement.* » Sa compagne, Fanny Sabardeil le rejoint dans l'aventure et produit

des pommes et des olives. Elle se forme actuellement pour obtenir le titre d'oléologue. Une partie de leur récolte est transformée. Ils proposent ainsi une gamme d'une dizaine de produits à base de grenades et/ou de pommes comme des gelées, du jus, du vinaigre, de la mélasse, du sirop, des purées mais aussi de l'huile d'olive. Le couple a le projet de passer l'exploitation en bio en 2027 et dès juin 2025 d'ouvrir une boutique de producteurs « La feuille d'Or » au cœur de Villefranche-de-Conflent. L'entreprise « Les glaces du Canigou », située à Saint-Estève, réalise actuellement des tests sur une nouvelle recette de glaces à partir de leur jus de grenades.



Garriguettes à la mélasse de Grenade

Quartiers de fraises sautés dans un caramel à la mélasse de grenade du chef François Joram.

Pour 4 personnes

Économique, Préparation : 15 mn - Cuisson : 8 mn

Ingrédients :

Garriguettes : 500 g • Beurre : 20 g
Sucre : 4 • Jus de citron : 1
Mélasse de grenade : 2 cuillères à soupe
Jus de grenade : 2 dl • Décor : menthe (PM)

Préparation :

- ❶ Laver, équeuter les fraises, couper en deux, réserver.
 - ❷ Presser le citron, réserver.
 - ❸ Laver, équeuter les fraises, couper en deux, réserver.
 - ❹ Dans une poêle antiadhésive, faire fondre le beurre avec le jus de citron et le sucre pour réaliser un caramel blond.
 - ❺ Ajouter les fraises et cuire à feu vif rapidement.
 - ❻ Déglacer avec le jus de grenade et la mélasse.
 - ❼ Dresser les fraises dans des coupes et napper avec le caramel.
- ✓ Ajouter un bouquet de menthe au départ. Servir aussitôt.

► Astuces et conseils

- Vous pouvez utiliser des fraises Marat des bois.
- Vous pouvez ajouter une boule de glace (vanille, amande, pistache, gingembre, wasabi).
- Vous pouvez décorer avec une pointe de chantilly.
- Si votre caramel se recristallise, détendez-le avec de l'eau et recuisez-le. S'il devient marron foncé voire noir, refaites-en un autre (son goût serait alors amer et métallique).

Mont-Louis

La Table de la Citadelle : une adresse gourmande

À Mont-Louis, La Table de la Citadelle s'impose comme une étape incontournable pour les amateurs de gastronomie. Niché au cœur du Haut-Conflent, ce restaurant mêle histoire et saveurs sous l'impulsion de Thomas Legrand, chef passionné et Maître Restaurateur. Sa cuisine bistronomique sublime les produits du terroir avec créativité et exigence. S.V.

Originaire de La Llagonne, Thomas Legrand a perfectionné son art dans des restaurants étoilés avant de revenir sur cette terre qui lui est chère. Diplômé d'un bac cuisine et d'une mention complémentaire à l'assiette, il a choisi d'ouvrir son propre établissement aux côtés de sa compagne Inès. Ensemble, ils partagent leur amour de la gastronomie dans un cadre authentique et convivial. À La Table de la Citadelle, chaque repas

devient une surprise. Thomas propose des menus inédits, une exclusivité dans les hauts cantons du département. Chaque jour, il élabore aussi un menu du marché, mettant en valeur les produits locaux à travers un plat et un dessert, accompagnés de pain maison et de beurre truffé préparé avec ses propres récoltes. Fier de ses racines, il travaille en étroite collaboration avec les producteurs et agriculteurs locaux, garan-



Le chef Thomas Legrand propose une cuisine raffinée, alliant plaisir et découverte, élaborée avec soin.

tissant fraîcheur et qualité. Son objectif ? Offrir une cuisine sincère et raffinée, respectueuse des saisons et du terroir. Avec son ambiance chaleureuse et ses créations inspirées, La Table de la Citadelle séduit les gourmets

en quête d'une expérience culinaire unique. Que ce soit pour un repas convivial ou une découverte gastronomique, l'établissement de Thomas Legrand promet un moment de plaisir et d'émotion.

**Environ
34 à 35°C**

**Sources naturelles
d'eaux chaudes**

Hammam

Bains

de Saint Thomas

- Bains - Hammam et Jacuzzis
- Boutique cosmétique
- Soins et massages
- Snack

Renseignements au 04 68 97 03 13 • www.bains-saint-thomas.fr

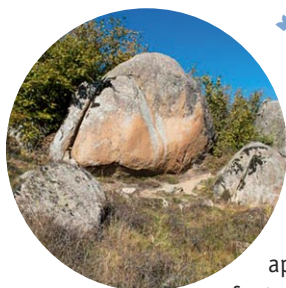


Odeillo

Le Four Solaire et le Portail Roman

Le village d'Odeillo s'enorgueillit pour deux raisons : son église, dont certaines parties datent du X^e siècle, possède le portail roman le plus ancien de la région, et son Four Solaire, d'une puissance de 1 000 kW, est le plus grand du monde. 3 000 m² de miroirs permettent d'obtenir une température de 3 000 °C sur de grandes surfaces. Sa parabole est inscrite depuis 2009 au Titre des Monu-

ments Historiques. Le Four solaire abrite le laboratoire PROMES, une unité propre de recherche du CNRS de renommée internationale. Les expositions qui permettaient d'appréhender tout l'intérêt du site ont cessé, mais devraient reprendre très prochainement. Les extérieurs restent cependant accessibles pour une visite libre et autonome grâce à des panneaux informatifs à votre disposition.



✚ Targassonne... ou le Chaos

Non, ce n'est pas une alternative. La petite commune est connue pour son gigantesque amoncellement de blocs de granit, tourmentés et roulés par les glaces du quaternaire. Ce que l'on appelle les Chaos de Targassonne. Décor fantastique, terrain de boules fabuleux de géants antiques. L'immense centrale solaire, Thémis, implantée il y a une cinquantaine d'années sur la commune, est un centre de recherche qui permet en particulier de tester la résistance des matériaux à très haute température, grâce évidemment à l'énergie solaire.

✚ Dorres et ses baignoires romaines

L'église du XII^e siècle abrite une remarquable et étrange vierge en bois de la même époque. A trois cents mètres au sud du village, une source d'eau chaude s'écoule dans des baignoires antiques creusées à l'époque romaine dans des blocs de granit. Le site a été aménagé et reçoit toujours des visiteurs, même s'ils ne sont pas romains. A l'Ouest de Dorres, une petite balade vous mènera à la chapelle de Notre-Dame-de-Belloch. Situé sur une colline, le site offre un magnifique panorama sur la Cerdagne et les massifs des Pyrénées. « Belloch » signifie beau lieu.



L'équation du triangle

Il y a des gens qui ne font rien comme les autres. L'architecte qui a commis le plan de l'église de Planès en est un bon exemple. Alors que tous les édifices chrétiens sont construits sur deux axes perpendiculaires, celui de Planès a pour base un triangle équilatéral. La coupole massive, pièce essentielle de l'édifice, repose

sur trois blocs de maçonnerie placés à 120° et dont les murs sont circulaires. L'opinion la plus partagée concernant ce curieux édifice avance qu'il s'agirait d'une mosquée construite par les Maures lors de leur domination sur le Roussillon. Mais pourquoi une base triangulaire ? Pour l'instant, on tourne en rond.



Llívia

Un joyau culturel et gastronomique

Nichée en territoire français tout en appartenant à l'Espagne, Llívia est une enclave singulière qui séduit par son riche patrimoine et sa gastronomie raffinée. Cette petite ville catalane promet une immersion historique et culinaire d'exception. S.V.

Llívia conserve les traces de son passé prestigieux, notamment avec son forum romain, unique dans les Pyrénées. Ce vestige témoigne de son rôle central à l'époque antique. Autre site emblématique, la tour de Llívia, anciennement prison et hôtel de ville, se prépare à devenir un musée dédié à l'histoire locale. Le musée municipal complète cette plongée dans le passé en exposant des trésors archéologiques, dont le squelette d'un primate antique et la remarquable collection de la pharmacie Esteva, la

plus ancienne d'Europe. Ce lieu fascinant, accessible toute l'année, ravira les passionnés d'histoire et de sciences. Côté gastronomie, Llívia est un carrefour où s'entremêlent les influences catalanes, cerdanes et françaises. Les restaurants locaux mettent à l'honneur les produits du terroir, à l'image d'Alex, chef du restaurant Trumfes, qui privilégie les ingrédients cerdanes pour proposer des plats authentiques. La pomme de terre, véritable emblème de la région, occupe une place centrale dans cette cuisine



La tour Bernat de So, mentionnée dès 1366 dans un acte de vente, fut construite dans le contexte de la rivalité avec Puigcerdà. © Ajuntament de Llívia

savoureuse. La richesse gastronomique de Llívia ne s'arrête pas là. L'entreprise Làctics, spécialisée dans la production de yaourts et de produits laitiers, s'est imposée comme une référence en Cerdagne. Fondée il y a 13 ans, elle mise sur du lait exclusivement issu de Cerdagne, garantissant une qualité irréprochable. Llívia doit aussi son charme à son patrimoine architectural soigneusement préservé. Arrivé en 1989, Albert Cruïlles est tombé sous le charme de la

ville et en est aujourd'hui le maire. Soucieux de préserver l'authenticité locale, il veille à maintenir des règles urbanistiques respectant les traditions. Enfin, impossible d'évoquer Llívia sans mentionner son pâtissier chocolatier, Gil, dont la renommée dépasse les frontières. Ses créations sont devenues incontournables. Entre patrimoine culturel, traditions préservées et gastronomie savoureuse, Llívia offre une escapade idéale en Cerdagne.



Près de Font-Romeu • 35 kms d'Andorre • à 5 km de l'Espagne

2 PARCS DE LOCATIONS MEUBLÉS

★★★★

LE VEDRIGNANS

à SAILLAGOUSE – 66800

EL PASTURAL

à ERR – 66800

TARIFS 2024 – 2025

PRIX LOCATION CHALETs (sans consommation électrique)

Tarifs valables du 23/11/2024
Au 22/11/2025

Vacances scolaires : à la semaine uniquement

Pour moins de jours : nous consulter

Basse saison : - 10% pour 3 semaines

Haute Saison			Moyenne Saison			Basse Saison				
28-12-24/04-01-25 15-02-25/01-03-25 12-07-25/23-08-25			23-11-24/28-12-24 04-01-25/15-02-25 01-03-25/26-04-25 14-06-25/12-07-25 23-08-25/06-09-25			26-04-25/14-06-25 06-09-25/22-11-25				
Semaine	Prix par nuit, 2 nuits minimum		Semaine	Prix par nuit, 2 nuits minimum		Semaine	Prix par nuit, 2 nuits minimum			
	WE Prix par nuit	Hors WE Prix par Nuit		WE Prix par nuit	Hors WE Prix par Nuit		WE Prix par nuit	Hors WE Prix par Nuit		
Genêt: 2 ad. (+1 enf) *	Saillagouse	610 €	140 €	95 €	460 €	110 €	70 €	390 €	80 €	60 €
Lupin: 2 ad. + 2 enf. *	Saillagouse	730 €	145 €	110 €	560 €	120 €	80 €	470 €	90 €	65 €
Jasmin: 2 ad. + 3 enf. *	Err	770 €	160 €	120 €	590 €	125 €	90 €	505 €	120 €	75 €
Lupin Special: 4 ad. + 2 enf. **	Saillagouse	865 €	185 €	130 €	745 €	165 €	120 €	590 €	120 €	90 €
Angélique: 4 ad. + 3 enf. **	Err	975 €	210 €	155 €	815 €	180 €	120 €	700 €	150 €	105 €
Gentiane: 6 ad. + 2 enf. **	Saillagouse/Err	1 020 €	225 €	160 €	950 €	200 €	150 €	735 €	160 €	110 €
Edelweiss: 8 ad. **	Saillagouse/Err	1 090 €	240 €	180 €	1 030 €	230 €	155 €	820 €	175 €	120 €

Votre Chalet individuel à la location ou à la vente en Pyrénées Catalanes près de Font-Romeu





www.levedrignans.com

04 68 04 04 79

contact@levedrignans.com

CERDAGNE ET CAPCIR

GRP Tour de Cerdagne

4 JOURS

C'est un circuit mythique, haut en couleur qui vous fait serpenter autour de la Cerdagne en quatre ou cinq jours. Un magnifique 360° et des panoramas XXL avec tantôt des vues sur le Cambre d'Aze, Les Puigmal jusqu'à la Serra del Cadi et de l'autre l'emblématique Carlit, plus haut sommet des Pyrénées-Orientales ou encore Les Pérics. Jean Philippe Lapeyre

La Cerdagne se présente comme une vaste vallée d'altitude entourée de hautes montagnes baignées de lumière. Un altiplano à la fois français et espagnol, qui affiche une forte identité catalane. Explorer la Cerdagne, c'est passer quatre jours à arpenter une région agro-pastorale riche d'histoire. Partez à la découverte de hameaux et villages authentiques, de ces églises et chapelles romanes ou encore ces bains romains et vieux mas centenaires. Vous marcherez dans les traces de ceux qui ont bâti ces anciennes terrasses agricoles, traverserez des cahots granitiques d'exception. Un territoire millénaire où l'homme s'est installé dès le néolithique avec comme témoignage vernaculaire ces dolmens et menhirs qui occupent les sommets. C'est aussi un haut lieu de la résistance qui va voir passer bon nombre d'Evadés de France, juifs, aviateurs... La famille du Général de Gaulle, ses frères Xavier et Pierre, son neveu Roger, le frère du Général Giraud ou encore Mme Delattre franchiront la frontière en Cerdagne. La Cerdagne, c'est aussi un vaste territoire d'exploration avec ces centaines de kilomètres de chemins de randonnée à parcourir à pied, en raquettes à neige ou en VTT, ces stations de ski et ces multiples activités de plein air, escalade, alpinisme...

J 1 : Enveigt – Angoustrine :

13,6 km ; D + 600 m ; D- 488 m ; 4h30 ; IBP : 66
D'Enveigt, on va rejoindre le hameau de Feners, le dolmen des Marrunyes, Brangoly, Santa Maria del Belloch avec son panorama à couper le souffle, Dorres et Angoustrine. Le Tour de Cerdagne partage un tronçon commun avec le Tour du Carlit jusqu'un peu avant Angoustrine.

J 2 : Angoustrine-Font-Romeu: 16,5 km ; D + 837 m ; D- 428 m ; 5h30 ; IBP : 89
D'Angoustrine, on va passer au-dessus de la Central Solaire Thémis pour rejoindre Targassonne, traverser Egat avec un passage obligé au pied de sa tour à signaux, vestige de l'ancien château de 1294, avant de rejoindre Font-Romeu.

J 3 : Font-Romeu – Saillagouse : 21,8 km ; D + 440 m ; D- 891 m ; 7h15 ; IBP : 91
De Font-Romeu on va descendre vers Odeillo et son four solaire, Via, Boquère pour remonter à Eyme. On ne manquera pas à quelques encablures du GRP le très beau dolmen dels Pasquers qui domine la Cerdagne. On va traverser Llo, à l'entrée des très belles gorges du Sègre, également surmonté d'une tour à signaux d'époque médiévale. On ne manquera pas la très belle chapelle romane Sant Fructuós du X^e siècle avant de terminer le périple à Saillagouse.



D'Egat, trois vallées emblématiques d'Eyme, du Sègre et d'Err grimpe vers la frontière.

Fiche technique

Comment s'y rendre ?

- ❖ **Distance depuis Perpignan :** 107 km, 2h
- ❖ **Depuis Perpignan :** De la place de Catalogne, prendre direction Andorre, Prades sur le boulevard Michelet pour récupérer la D66 direction la Cerdagne. Après Mont-Louis on poursuit direction Saillagouse, jusqu'à Bourg-Madame toujours sur la D66. Au centre-ville prendre à droite direction Enveigt sur la N20. Dans le village vous avez un premier parking à hauteur du skate park et des tennis, sinon plus bas sur le parking de la gare internationale.

Feuille de route

- ❖ **Durée :** 4 jours
- Le temps est calculé à une moyenne de 3 km/h sans pause.
- ❖ **Distance :** 74,3 km
- ❖ **Alti départ :** 1 235 m ; **Alti mini :** 1 135 m ; **Alti Max :** 2 240 m
- ❖ **Dénivelé :** +2 350 m
- ❖ **Balisage :** jaune et rouge, rouge et blanc
- ❖ **Difficulté :** Difficile
- ❖ **Matériel :** Boussole, carte IGN, jumelles.
- ❖ **Cartographie :** IGN Top 25 : Bourg-Madame, Mont-Louis 2250ET ; Font-Romeu 2249ET, Bourg-Madame, Mont-Louis 225ET
- ❖ **Météo :** www.meteo.fr

J 4 : Saillagouse – Enveigt : 22,4 km ; D + 484 m ; D- 557 m ; 7h25 ; IBP : 70
De Saillagouse, on rejoint Vedrinyans, Err, Nahuja, Osseja pour filer de l'autre côté de la frontière à Vilallobent, traverser Puigcerda pour remonter à Enveigt.

Carte



J1 GPX



J2 GPX



J3 GPX



J4 GPX



Saillagouse

Des plans d'eau où sport et détente se rencontrent

Aux portes du village de Saillagouse, les quatre plans d'eau offrent un cadre unique où se conjuguent sport, détente et nature. Dans cette enclave préservée, le maire Georges Armengol et son équipe municipale ont développé un espace novateur, conçu pour favoriser bien-être et convivialité. S.V.

Saillagouse, véritable joyau de la Cerdagne, bénéficie d'un climat agréable tout au long de l'année. Son emplacement stratégique permet un accès direct à de nombreuses activités : randonnées, promenades culturelles et loisirs sportifs. Loin des nuisances urbaines, cet espace est rapidement devenu un lieu prisé des habitants et des visiteurs. « Cet espace est particulièrement apprécié par les locaux et les touristes », souligne Georges Armengol. Pensé pour satisfaire tous les publics, le site dispose d'aires de jeux pour enfants, de zones de pique-nique équipées pour les grilles et d'un parcours sportif agrémenté d'agrs de mus-

culat. Ce sentier aménagé permet une expérience sportive immersive en pleine nature. « Nous souhaitons offrir un espace de ressourcement où chacun peut trouver sérénité et évasion », ajoute le maire. La rivière Sègre traverse ce site verdoyant, reliant les plans d'eau et sublimant un paysage où faune et flore cohabitent en harmonie. Promeneurs et amoureux de la nature peuvent y observer une biodiversité riche, des canards aux cygnes majestueux. Cette initiative municipale s'inscrit dans une démarche globale visant à améliorer le cadre de vie tout en encourageant le développement durable. « Notre objectif est de maîtriser



Les cygnes s'invitent dans les plans d'eau de Saillagouse. © S.V.

le foncier, de créer des espaces de bien-être tout en favorisant des activités et des logements pérennes », précise Georges Armengol. Les passionnés de pêche y trouvent également leur bonheur. Une association locale initie les jeunes à la pêche à la mouche, une discipline emblématique de la région. Non loin de là, à Err, réside même un champion du monde de cette pratique, confirmant son ancrage

dans la culture cerdane. L'espace santé, sport et nature de Saillagouse illustre parfaitement l'ambition de la commune : allier respect de l'environnement, dynamisation du territoire et bien-être des habitants. Cette réalisation transforme les richesses naturelles locales en un véritable pôle d'attractivité, consolidant ainsi la place de Saillagouse parmi les destinations incontournables de Cerdagne.

Maison Bonzom, une boucherie charcuterie familiale d'excellence

Fondée en 1981 par Bernard Bonzom à Saillagouse, la Maison Bonzom s'est imposée comme une référence incontournable dans la région grâce à son engagement pour la qualité et l'artisanat. Aujourd'hui, Brice Bonzom perpétue cet héritage familial avec la même passion et un savoir-faire précis. S.V.

L'année 2024 a marqué un tournant pour l'entreprise, distinguée lors du prestigieux concours international de Lyon. Quatre récompenses sont venues saluer l'excellence de ses produits : une médaille d'or pour le pâté de campagne, véritable fierté de la maison, et des médailles d'argent pour le fouet, la coppa et le foie gras, des incontournables de leur gamme. Brice Bonzom accueille ces distinc-

tions avec humilité et enthousiasme. « Ces récompenses témoignent de l'exigence et du soin apportés à chaque étape de nos fabrications. Elles reflètent notre volonté de toujours proposer le meilleur à nos clients », confie-t-il. Depuis son enfance, Brice baigne dans l'univers de la charcuterie familiale, nourri par les valeurs transmises par ses parents. « J'ai grandi ici, dans cet univers. La passion et la rigueur sont au

cœur de notre métier, et mes parents me les ont inculquées dès le plus jeune âge », raconte-t-il avec émotion. La Maison Bonzom ne se limite pas à la charcuterie traditionnelle. Spécialisée dans l'élevage et le séchage de jambons, elle dispose d'un séchoir capable d'accueillir plus de 2 200 pièces, un véritable fleuron de sa production. « Le jambon reste notre produit phare », précise Brice. « Mais nous aimons aussi innover avec des spécialités comme le foie gras ou encore le saumon fumé, qui séduisent une clientèle toujours plus exigeante ».

À Saillagouse, la Maison

Bonzom incarne bien plus qu'une simple charcuterie. Cette adresse où passion et savoir-faire se rencontrent continue d'offrir des produits d'exception, régaland les amateurs de gastronomie et portant haut les couleurs du terroir catalan.



Les Angles Chez Antoine : l'adresse incontournable

Au pied des pistes du village-station des Angles, le restaurant Chez Antoine s'impose comme une adresse de référence pour les amateurs de cuisine catalane montagnarde. Ouvert toute l'année, l'établissement met à l'honneur des produits catalans de saison, dans une ambiance conviviale et authentique. S.V.

À la tête de l'établissement, Antoine Martin incarne l'âme du lieu. Toujours en action dans son restaurant situé au 11 avenue de Mont-Louis, il veille avec passion sur son établissement et accueille une clientèle fidèle et exigeante. Situé au pied des pistes, Chez Antoine offre une atmosphère chaleureuse et conviviale, à l'image de son propriétaire. Ici, l'ambiance est unique et le service se distingue par une bonne humeur aussi précieuse que rare. Côté

cuisine, la carte célèbre les spécialités du terroir. Charcuterie du Capcir, escalivada, terrine maison, escargots, joues de porc, boles de picolat, gambas... Sans oublier les incontournables grillades au feu de bois : agneau, belles pièces de bœuf et veau des Pyrénées catalanes. Des portions généreuses et des produits de qualité qui raviront les amateurs de bonne chère. Toujours soucieux de proposer le meilleur, Antoine s'apprête d'ailleurs à



Chez Antoine vous dégusterez une viande d'exception de son propre élevage. © D.R.

ouvrir un laboratoire à proximité, afin de poursuivre son engagement pour

une cuisine maison et savoureuse. Une valeur sûre, 100 % esprit catalan !

Brasserie Pyrénéiste De la bière à l'orge de Cerdagne

Aude et son mari Matthieu se sont lancés en 2020 après quelques années de travail dans la production de bière « *L'idée était de faire une bière qui met en valeur le terroir. On la réalise avec de l'orge cultivée en Cerdagne sur les plateaux.* » Après des études dans le tourisme et une première vie dans l'administration et la communication, Aude se reconvertisse et se lance un challenge, proposer un produit de qualité en économie circulaire. « *Il y a eu un gros travail sur l'orge qui se cultive ici pour les fourrages alors que pour la bière il faut une orge spécifique de catégorie brassicole, plus riche en protéine.* » Un agriculteur local fait le pari fou de les suivre et commence à cultiver l'orge nécessaire.

Aude apprend à brasser. Cinq ans après, la petite brasserie propose 14 styles de bières différentes d'une blonde légère et florale à une brune de dégustation aux notes de café et de chocolat en passant par des bières de saison comme la bière de Noël au miel de Cerdagne. Un travail est actuellement en cours pour cultiver du houblon en Cerdagne mais, en attendant, la petite brasserie se fournit auprès d'une coopérative dans le Lot-et-Garonne. Les 40 000 litres produits par an sont vendus en grande majorité en vente directe. Le reste des bières Pyrénéistes se retrouve dans quelques points de vente et restaurants en Cerdagne.



Le couple étudie la possibilité de cultiver du houblon en Cerdagne. © D.R.



Ragoût de bœuf à la bière façon Irish stew

Temps de préparation : 20 min
Temps de cuisson : 2h minimum
(mais c'est encore meilleur réchauffé)

Ingédients

1,5 kg de paleron de bœuf
1 bouteille de 75 cl de bière brune
1 kg de pommes de terre
5 carottes • 4 oignons
40 g de beurre • 30 g de farine
Persil, thym, laurier • 3 Clous de girofle
Sel, poivre

Préparation

- ❶ Coupez la viande en morceaux de 2 à 3 cm.
- ❷ Epluchez les carottes et coupez-les en 4 (gros morceaux, pas de rondelles).
- ❸ Epluchez les pommes de terre. Émincez les oignons.
- ❹ Faites fondre le beurre dans une cocotte et faites suer les oignons. Ajoutez les dés de viande, sur un feu fort, dorez les morceaux de viande jusqu'à ce qu'ils soient tous saisis de tous les côtés (quelques minutes suffisent).

- ❺ Ajoutez la farine et mélangez bien.
- ❻ Mouillez avec la bouteille de bière. Ajoutez les carottes, 1 oignon piqué avec les clous de girofle, thym, laurier, sel, poivre.
- ❼ Laissez mijoter sur feu moyen à couvert pendant 1h15.
- ❽ Ajoutez les pommes de terre.
- ❾ Laissez mijoter encore pendant 45 minutes à découvert.
- ✓ Au bout de 2h la sauce doit être onctueuse et légèrement épaisse, si c'est trop liquide vous pouvez prolonger la cuisson.



AGENCE PYRENEES SOLEIL

DÉCOUVREZ TOUTES NOS OFFRES DE LOCATIONS DE VACANCES
ET DES BIENS EN VENTE !

RENDEZ-VOUS SUR : WWW.PYRENEES-SOLEIL.FR

RÉSERVER FACILEMENT EN LIGNE ET VENEZ DÉCOUVRIR NOTRE
VILLAGE STATION LES ANGLES AINSI QUE LE CAPCIR

CONSULTEZ NOTRE RUBRIQUE "LES ANGLES ET SES ENVIRONS"

POUR PLANIFIER VOS ACTIVITÉS ET PROFITER AU MAXIMUM DE
VOTRE SÉJOUR !

✉ CONTACT@PYRENEES-SOLEIL.FR
☎ 04.68.04.31.31



Saint-Paul-de-Fenouillet

Un pays de « Gavatx »

« A Saint-Paul, ils parlent *gavatx* » vous diront les gens du pays. Le propos est sans appel : les Fenouillèdes ne sont pas catalanes. D'ailleurs, durant longtemps, ces massifs marquèrent la limite entre la France et le Roussillon. Voilà pourquoi les gens du cru parlent occitan. Le traité des Pyrénées qui rattacha, en 1659, le Roussillon à la France élimina la frontière. Les Fenouillèdes furent liées au département des P.-O. en 1790, ce qui contribua à ajouter au parler local des expressions catalanes. « N'empêche qu'ils causent toujours "Gavatx !" » De son histoire, Saint-Paul, la capitale des Fenouillèdes, n'a conservé que quelques traces, les vestiges de l'ancienne fortification ou son

abbaye du IX^e siècle. A cela s'ajoute tout un paysage de vignobles dont la production est l'une des plus riches du terroir français. Saint-Paul a une autre spécialité, « le Croquant », un délicieux biscuit aux amandes que vous pourrez goûter sur place. Le village s'ouvre sur un environnement généreux en paysages et en histoire. Les gorges de Galamus, l'ermitage de Saint-Antoine, les cluses de la Fou, autant de lieux de balades. Là, commence le territoire des merveilleux châteaux cathares. Le dernier à tomber, Quéribus, est à deux pas, Peyrepertuse également. Les Fenouillèdes comme les Corbières, aux décors rudes et peu visités, ont gardé beaucoup de mystère.



✦ La Cluse de la Fou

Au sud de Saint-Paul. On y trouve une source d'eau « Bienfaisante », des anciens thermes et de nombreuses voies d'escalade.

✦ L'Aqueduc d'Ansignan et les dolmens

Cet aqueduc-viaduc, classé monument historique, a été construit sous l'empire romain au III^e siècle certainement. On ignore pour l'instant la fonction de ce monument important (170 m de long), irrigation des cultures ou approvisionnement en eau d'une exploitation minière. Il devrait être restauré grâce aux moyens mis en œuvre par la Fondation du Patrimoine.

LAC DU SOLER

Venez vous amuser en famille ou entre amis

PARC AVENTURE DU SOLER

1 QUICK JUMP

7 PARCOURS

7 TYROLIENNES

SNACK

Lac du Moulin
Route de Pézilla
66270 Le Soler

Parc Aventure du Soler

06 40 79 07 47

contact@parc-aventure-du-soler.fr

Tautavel

Le Musée de l'Homme

Dans une cavité préhistorique proche du village surplombant le cours d'eau du Verdoubert, des chercheurs ont mis à jour en 1971 un bout de son crâne. Le crâne de ce qui est devenu L'Homme de Tautavel. Les fouilles qui ont débuté alors et se prolongent encore aujourd'hui, ont montré que la grotte a été utilisée par les hommes préhistoriques pratiquement sans discontinuer. Les fouilles ont donc été d'une richesse archéologique exceptionnelle.

Cette richesse fait du Centre Européen de Préhistoire un site unique au monde. Le musée permet d'appréhender une partie de ces découvertes. Il devrait être largement agrandi dans les années qui viennent en permettant ainsi la valorisation d'éléments découverts durant le dernier demi-siècle. Le Centre Européen de Préhistoire adossé au musée est devenu un des sites majeurs en Europe en termes de recherche préhistorique.





✦ Les Gorges de Galamus

L'Abbaye du IX^e siècle, coiffée de son curieux dôme au XVII^e siècle, classée monument historique ; les Gorges de Galamus. L'Agly s'est taillé, au fil des siècles, un passage au milieu des roches dures des Corbières. Résultat : un défilé, un des plus extraordinaires d'Europe, aux roches déchirées, étroit, abrupt, si profond que l'on aperçoit difficilement la rivière et ses cascades. La route qui longe la gorge, taillée dans la roche, est elle-même surprenante.

✦ L'Ermitage Saint-Antoine de Galamus

En contrebas de la route des gorges. Un escalier taillé dans le massif permet d'accéder à la petite maisonnette et à la chapelle où vécut le Saint. Le site est exceptionnel ; Saint-Antoine était le bon vicaire de Saint-Paul-de-Fenouillet. Lassé des turpitudes de ses contemporains, il décida de se réfugier dans les gorges de Galamus. Il creusa une maisonnette et une petite chapelle surplombant le défilé et y vécut en reclus jusqu'à la fin de ses jours avec pour unique compagnon... un cochon. Le saint et le cochon ne sont plus, mais l'ermitage est resté, agrippé au rocher, pratiquement inchangé dans sa sobre beauté.



FORTERESSE DE SALSES

PRINTEMPS DU DESSIN
le 20 avril 2025

Rencontres avec artistes et ateliers en continu

MONUMENT EN FAMILLE

Oeufs, énigmes et chocolats le 21 avril

Visites thématiques et ateliers du 16 au 24 avril

EXPOSITION
du 28 juin au 31 août

« Le silence des particules » de Guillaume Cousin

Achetez vos billets en ligne

Avant votre visite consultez les modalités sur : www.forteresse-salses.fr

#forteresdesalses

CENTRE DES MONUMENTS NATIONAUX

BÉLESTA

Le Pic Aubeill

3 H 10

C'est vraiment une balade familiale somptueuse, avec un faible dénivelé et des panoramas d'exception sur le département. C'est aussi l'occasion de visiter le château Médiéval et son musée de la préhistoire avec ses 6 500 ans d'histoire, au cœur d'un village qui a conservé toute son authenticité. Jean Philippe Lapeyre

On sort du village par l'est, direction le pont du Ravin de L'Orteill à la cote 351. A mi-chemin, on grimpe à la croix du calvaire en aller et retour. D'ici, on a une vue splendide sur le village, des Madres au Canigó, à droite le Pech de Bugarach qui pointe tel un volcan vers les cieux. Dans notre dos, la plaine du Roussillon et toute la chaîne des Albères qui plonge vers la Méditerranée. Après le pont de L'Orteill, on vire à gauche vers les Roques Planes pour atteindre le Pic Aubeill, balisage jaune. On évolue au cœur d'une végétation méditerranéenne avec ses chênes verts et ses genévriers. Au pic, on a le panorama qui se dégage à 360° avec le lac de Carmany, on peut voir de nombreuses tours à signaux du XIII^e siècle avec Batère, la Massana, la tour de Rasi-guères ou encore le château de Quéribus. Vous avez une belle table d'orientation qui vous brosse le paysage. Revenir à la piste DFCI et tra-

verser pour emprunter une belle sente, direction Moli del Vent, Bélesta. On descend pour rejoindre la chapelle. Vous avez une cabane en pierre sèche au sud de Saint-Barthélemy ou Sant Bertomieu de Joncarolas. C'est en 842 qu'apparaît pour la première fois le toponyme de Jonquerolles. L'église est citée en 1020. En 1154, les possessions d'un certain Guillem de Vernet sont données aux Templiers. Le village semble abandonné au XIV^e siècle. Avec son abside trapézoïdale, l'édifice affiche son style pré-roman. En schiste et granit, c'est un édifice fortifié qui était à l'origine entouré d'un rempart. Prendre le chemin à l'ouest de l'église qui file vers le nord-ouest pour remonter sur la piste DFCI F135 à la cote 445, prendre à gauche. Désormais on reste sur cette piste jusqu'à l'intersection du dolmen Le Molí del Vent. Au bout de 230 m, vous avez une belle table d'orientation atypique qui sur-



Le Molí del Vent avec les Corbières et Quéribus en toile de fond.

Fiche technique

Comment s'y rendre ?

- ❖ **Distance depuis Perpignan** : 32,7 km, 31 min
- ❖ **Depuis Perpignan** : De Perpignan place de Catalogne, continuer sur le cours Lazare Escarguel au feu à droite direction Barcelone, Andorre par le boulevard Edmond Michelet. On va récupérer la D900 puis le N116 direction Prades. Sortie à Ille-sur-Têt sur la D916, traverser le village puis après la place du Foirail prendre à droite direction Site des Orgues, Bélesta sur la D2. Au belvédère des Orgues, récupérer la D21 jusqu'à Bélesta. Avant l'entrée du village prendre à droite aire de camping-car, parking.

Feuille de route

- ❖ **Durée** : 3h10
- Le temps est calculé à une moyenne de 3 km/h sans pause
- ❖ **Distance** : 9,3 km
- ❖ **Alti départ** : 339 m ; **Alti mini** : 329 m ; **Alti Max** : 541 m
- ❖ **Dénivelé cumulé** : +372 m ; -367 m
- ❖ **Balisage** : Pas de balisage et Jaune
- ❖ **Difficulté** : Facile
- ❖ **IBP Index** : 45
- ❖ **Matériel** : Boussole, carte IGN, jumelles.
- ❖ **Cartographie** : IGN Top 25 : 24480T, Thuir, Ille-sur-Têt.
- ❖ **Météo** : www.meteo.fr

Haltes agréables

- ❖ **Pic Aubeill**



plombe le lac de Carmany. Ce magnifique édifice à couloir date d'environ 3 000 à 3 500 ans avant J.-C. A noter le beau panorama sur les Corbières, Quéribus et le Canigó... Prendre la sente qui file au sud-est sur 70 m pour déboucher sur une nouvelle piste. Prendre à droite, on retrouve le balisage jaune et

rouge du GRP. Pas de difficulté particulière, compter 15 min pour atteindre les premières habitations de Bélesta.

Carte



Trace GPX

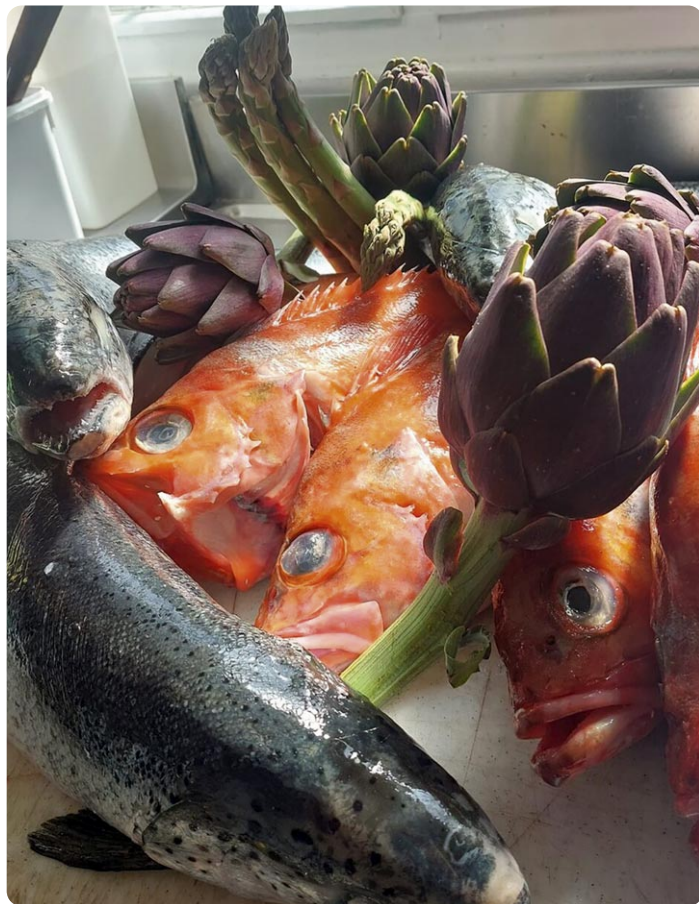


Rasiguères

Le Relais de Scaury :
une escale gourmande

Niché à Rasiguères, le Relais de Scaury s'impose comme une adresse incontournable pour les amateurs de gastronomie. Frédéric Pratz, membre des Toques Blanches du Rousillon, y célèbre « la cuisine en liberté », sublimant des produits frais et locaux. Fruits et légumes bio, fromages affinés et viandes sélectionnées composent un menu évoluant au fil des saisons. Les suggestions du chef varient selon les arrivages : ris de veau, turbot aux champignons, puma cuit à basse température... Ici, seuls des mets de choix et de saison sont élaborés avec le plus grand soin. Référencé parmi les Bonnes

Petites Tables du Guide Michelin et recommandé par le Petit Futé, le Relais de Scaury allie saveurs raffinées et service impeccable. Que ce soit en salle climatisée ou sur la terrasse ombragée, chaque détail est pensé pour le plaisir des convives. Frédéric et Céline Pratz, passionnés, maîtrisent chaque étape, du choix des produits à la présentation des assiettes. Dans ce petit village, ce restaurant défie les attentes et se hisse parmi les meilleures tables du Fenouillèdes. Cuisine de saison, accueil soigné et cadre enchanteur : une expérience à ne pas manquer. Pensez à réserver !

Les instants
HYBRID'ADDICTNOUVELLE
SWIFT
HYBRID

À PARTIR DE
159€ /MOIS⁽¹⁾

ENTRETIEN INCLUS⁽²⁾
LLD 37 mois - 1^{er} loyer 4000 €

Boîte de vitesse manuelle
ou automatique

2 ou 4 roues motrices
ALLGRIP



Consommations mixtes gamme Suzuki Swift (WLTP) : 4,4 à 4,9 l/100 km.

(1) Location Longue Durée pour 37 mois et 30 000 kilomètres pour une Nouvelle Suzuki Swift 1.2 Hybrid Advantage, 1^{er} loyer de 4 000 €, puis 36 loyers de 159 €. Offre réservée aux particuliers, valable du 01/01/2025 au 30/04/2025 inclus, dans le réseau participant. Sous réserve d'acceptation de votre dossier par Suzuki Finance, département de Cofica Bail, S.A. au capital de 14 485 544 €, 399 181 924 RCS Paris, siège social : 1 boulevard

A 99 gCO₂/km

B

C

D

E

F

G

Hausmann 75 009 Paris, ORIAS n° 07 023 197. Modèle présenté : Nouvelle Suzuki Swift 1.2 Hybrid Pack hors option peinture métallisée So'Color, aux mêmes conditions puis 36 loyers de 193 €/mois. (2) Les loyers comprennent les services associés suivants (en option et dans les limites et conditions prévues aux contrats de LLD et d'Assurance) : Entretien inclus • Assistance + : 24h/24 7j/7 au véhicule et aux passagers. Garantie Perte Financière, souscrite auprès de Cardif Assurances Risques Divers, S.A. au capital de 21 602 240 €, Siège social : 1, boulevard Hausmann, 75 009 Paris - 308 896 547 RCS Paris - Entreprise régie par le Code des assurances et soumise à l'Autorité de Contrôle Prudentiel et de Résolution, 4 Place de Budapest - CS 92459 - 75 436 Paris Cedex 09, pour les garanties Valeur d'Achat, Assurance complémentaire et Evénements imprévus, et d'icare Assurance, S.A. au capital de 2 358 816,00 euros - B 327 061 339 R.C.S Nanterre - Siège social : 93, rue nationale 92100 Boulogne-Billancourt ; Entreprise régie par le Code des assurances et soumise à l'Autorité de Contrôle Prudentiel et de Résolution, 4 Place de Budapest - CS 92459 - 75436 Paris Cedex 09, pour la garantie d'Assistance Véhicule de remplacement et est distribuée par Cofica Bail en qualité de courtier en assurance. Conditions et limites de garanties disponibles sur simple demande. Tarifs TTC clés en main conseillé au 01/07/2024. Voir détails sur suzuki.fr. *Passionné d'hybride.

Opération Instants Hybrid/Addict valable jusqu'au 30 avril.

Garantie constructeur 3 ans ou 100 000 km au 1^{er} terme échu.

Au quotidien, prenez les transports en commun. #SeDéplacerMoinsPolluer



AUTO DLC SNC

ZAC Tecnosud / Agrosud - 113 rue Hispano Suiza 66000 Perpignan
04 68 85 79 79

Bélesta

Le Domaine Riberach :
un joyau œnotouristique

Dans un écrin chargé d'histoire catalane, à seulement 25 minutes de Perpignan, le Domaine Riberach s'impose comme une adresse incontournable du tourisme œnologique et gastronomique. Installé dans l'ancienne Cave Coopérative de Bélesta, ce lieu emblématique conjugue passé et modernité en accueillant aujourd'hui un écolodge raffiné, une cave de vinification et un restaurant étoilé. S.V.

L'ancienne « cathédrale du vin » a été métamorphosée par ses architectes-propriétaires en un espace où l'industriel et le naturel se mêlent harmonieusement. Dans un esprit loft, le site préserve son identité tout en proposant un cadre contemporain et élégant. L'ambition du Domaine Riberach ? Offrir une expérience unique où l'histoire locale se conjugue avec le

confort et l'authenticité. Sous la direction du chef exécutif Aurélien Goizé et du chef Dennys Teixeira, le restaurant La Coopérative porte haut les valeurs d'une cuisine engagée et durable. Inspirée par le mouvement « Slow Food », la carte met à l'honneur des produits frais, locaux et de saison, privilégiant les circuits courts et respectant le principe du « km 0 ». Cette ap-



Le restaurant offre un cadre paisible et enchanteur.

À 10 MINUTES DE LA RÉSERVE AFRICAINE DE SIGEAN
À 20 MINUTES DE NARBONNE

TERRA-VINEA

Entrée dans l'Histoire

VISITE SOUTERRAINE | BOUTIQUE DE VINS | RESTAURANT

À 80M SOUS TERRE, EXPLOREZ LES GALERIES
SOUTERRAINES D'UNE ANCIENNE MINE DE GYPSE ET
DÉCOUVREZ L'HISTOIRE DE LA VIGNE ET DU VIN

VISITE D'1H30 - DÉGUSTATION DE VIN GRATUITE

WWW.TERRA-VINEA.COM | 04 68 45 87 68

proche exigeante et respectueuse du terroir catalan a valu au Domaine Riberach d'être distingué par une étoile verte Michelin, récompensant son engagement écoresponsable, ainsi qu'une étoile Michelin, témoignage de son excellence gastronomique. Au-delà de la gastronomie, le Domaine Riberach propose une immersion totale dans l'univers du vin, avec une cave de vinification intégrée et des dégustations qui subliment les richesses viticoles de la Vallée de

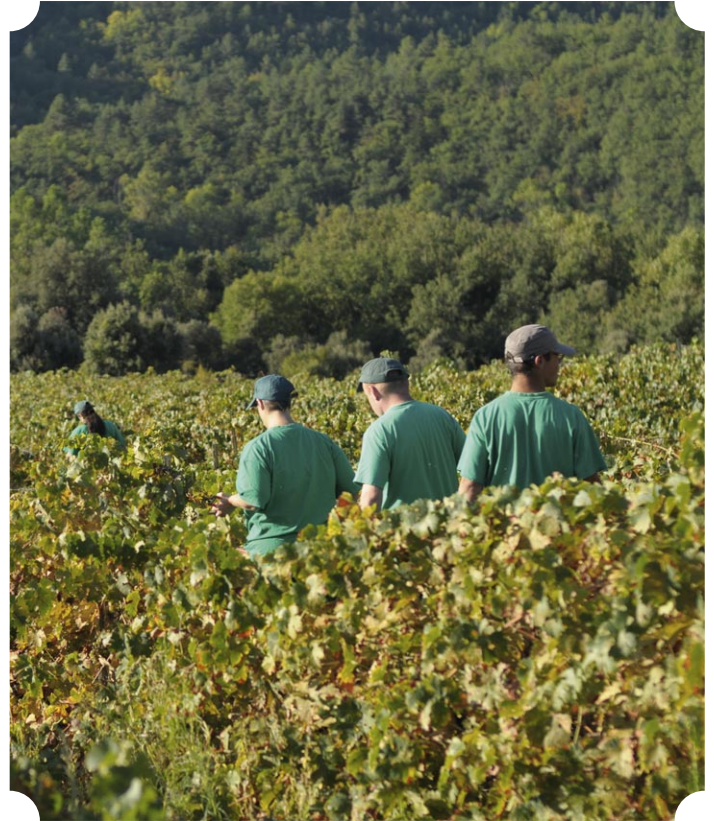
l'Agly. Dans un cadre paisible et enchanteur, les visiteurs peuvent également profiter d'un spa niché au cœur de la nature, idéal pour une parenthèse de bien-être et de relaxation. Entre tradition et modernité, écologie et raffinement, le Domaine Riberach incarne une nouvelle façon de voyager, où le plaisir des sens se conjugue avec un profond respect de l'environnement. Une adresse d'exception pour les amateurs de gastronomie, de vins et de séjours hors du temps.



ESAT Les Ateliers du Val de Sournia L'insertion par le travail

Depuis plus de 40 ans, l'association Val de Sournia œuvre au service des personnes fragilisées : personnes âgées, en situation de handicap, ou patients. Elle gère 12 établissements et services sanitaires et médico-sociaux, avec 684 lits et places, et emploie 566 salariés. Parmi ses différentes activités, dont une blanchisserie, l'ESAT possède une exploitation de fruits bio et produit essentiellement des fruits rouges. « Ils sont valorisés en totalité dans notre confiterie artisanale », explique Carmin Labate, directeur adjoint. Les autres confitures sont réalisées avec les fruits de producteurs du département. « Les figues et les abricots viennent de la vallée de l'Agly,

les pêches, les pommes, les poires, et même la rhubarbe de la vallée de la Têt, et nous avons également des prunes et, de plus en plus, des agrumes. » Toutes les confitures sont cuites au chaudron à basse température ; des compotes et des purées de fruits sont également réalisées par des personnes en situation de handicap. « L'objectif est de les insérer dans la société par le travail. » L'exploitation agricole se compose également de 8 hectares de vignes bio. « Ces vignes, qui poussent à 700 mètres d'altitude, sont quasiment centenaires. Nous les valorisons en vin bio IGP Côte catalane Domaine d'Aïchoux. » Les produits sont principalement distribués dans des réseaux de magasins bio. Les



vins, comme les confitures, s'accordent parfaitement

avec les fromages produits dans le département.



Gâteau roulé à la confiture

Temps de préparation

Préparation : 30 min • Cuisson : 15 min

Ingrédients (pour 8 personnes)

250 g de confiture au choix • 140 g de jaunes et œufs entiers
50 g de farine • 85 g de sucre semoule
60 g de blancs d'œufs • 10 g de beurre
25 g de sucre semoule • 0,5 g de sel

Préparation

- ❶ Préchauffer le four à 180 °C et recouvrir la plaque de cuisson de papier sulfurisé.
- ❷ Tamiser la farine pour éviter les grumeaux et l'aérer. Séparer les blancs des jaunes d'œufs. Dans un saladier, battre les jaunes d'œufs avec 85 g de sucre semoule jusqu'à ce que le mélange devienne pâle et mousseux.
- ❸ Incorporer la farine tamisée petit à petit à la préparation en soulevant délicatement la pâte avec une spatule.
- ❹ Monter les blancs en neige avec une pincée de sel. Lorsque les blancs commencent à se former, ajouter les 25 g de sucre semoule pour obtenir une meringue brillante et ferme.
- ❺ Incorporer délicatement les blancs montés à la préparation à base de jaunes d'œufs.
- ❻ Verser la pâte sur la plaque préparée et égaliser la surface.

- ❼ Enfourner pendant 10 minutes, sans ouvrir la porte du four. Vérifier la cuisson en plantant un couteau au centre du gâteau (il doit ressortir sec).
- ❽ Préparer un torchon propre légèrement humidifié et le disposer sur le plan de travail. Retourner le gâteau cuit sur le torchon, retirer délicatement le papier cuisson et laisser refroidir quelques minutes.
- ❾ Étaler une couche de confiture sur toute la surface du gâteau, puis rouler le gâteau délicatement. Appuyer légèrement pour que la confiture se répartisse bien.
- ❿ Envelopper le gâteau dans le torchon et réserver au réfrigérateur pendant 1 heure.
- ✓ Couper les bords du gâteau roulé pour obtenir une forme régulière avant de servir.
- ✓ Pour les plus gourmands, vous pouvez recouvrir le gâteau roulé de chocolat fondu.



COLLIOURE.FR