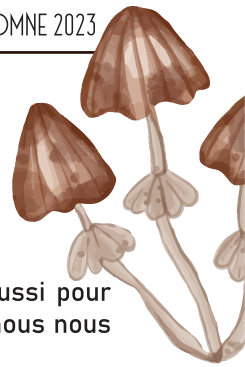


LES CHAMPIGNONS



Voici l'automne qui arrive, belle saison aux couleurs mordorées où il est agréable de randonner mais aussi pour certains d'aller aux champignons. Evidemment, nous ne donnerons pas ici les coins secrets de cueillette, nous nous contenterons de citer les principaux champignons que l'on peut trouver dans notre vallée.

À partir de septembre / octobre :



Petit gris ou Tricholome prétentieux (Tricholoma portentosum)

On peut le ramasser dans les prairies, en bordure de bois (il aime les conifères et parfois les feuillus), à savoir qu'il est meilleur s'il est fermé. Il pousse isolé ou en groupes.



Pied de mouton (Hydnum repandum)

Il est aussi appelé barbe de chèvre ! On le trouve dès la fin de l'été jusqu'au début de l'hiver en bordure de bois, il porte des petits piquants sous le chapeau.



Coulemelle ou Lépiote élevée (Macrolepiota procera)

On ne mange que le chapeau (qui peut aller de 10 à 25 cm), le pied est trop fibreux et il faut la consommer jeune de préférence. Elle ne porte pas de bague contrairement à la lépiote brun incarnat qui est mortelle (son chapeau est de 3 à 5 cm de diamètre). Ce champignon pousse en été et en automne, dans les bois aérés, les taillis et les jardins, plutôt dans les sols siliceux et acides.

Chanterelle (Cantharellus tubaeformis) ou Girolle

On peut la trouver dès la fin du printemps mais c'est surtout après les pluies d'orage qu'elle se montre quelques jours après. Elle pousse en groupes aime les forêts de feuillus et de conifères. Les amateurs de champignons ont tous leur petit coin à girolles ! On peut faire sécher la belle et délicieuse chanterelle pour pouvoir la cuisiner tout au long de l'année.



Lactaire délicieux ou sanguin (Lactarius delisiosus)

Quand on le cueille, sort un lait orange ou rouge (sanguellinus) d'où son nom ! Il se teinte de vert de gris. Il aime les conifères et en particulier les pins sylvestres.



Conseils de cueillette : assurez-vous d'être dans un lieu où la cueillette est autorisée ! Ramasser et consommer des champignons comporte des risques, il est fortement recommandé pour les néophytes de consulter un mycologue averti avant toute dégustation ! Cueillir les champignons sains et jeunes et les transporter dans un panier. Ne pas oublier un couteau et une brosse pour les nettoyer, cela facilitera la tâche à la maison.

Conseils de préparation : les laver à l'eau tiède pour ne pas les abîmer (pas de vinaigre).



RECETTE de Geneviève Blain - LES LACTAIRES A L HUILE



Une recette sympa pour agrémenter l'apéro, les viandes froides, les antipasti, les pâtes et la charcuterie.

Celle-ci est réalisée avec des lactaires, mais on peut aussi utiliser des petits cèpes, des petits gris (fermés), des pieds bleus, des champignons de Paris.

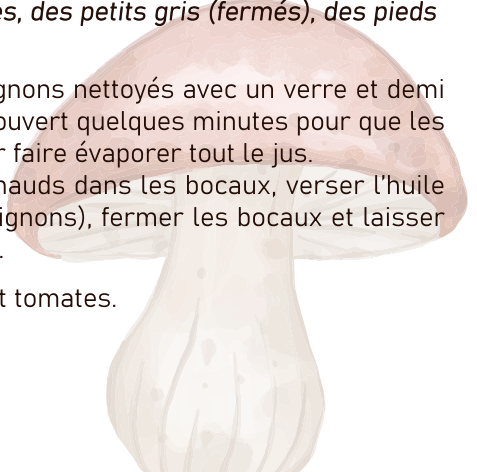
Ingrédients :

- Vinaigre blanc,
- Huile de tournesol,
- Thym, laurier, herbes de Provence,
- Sel et poivre,
- Champignons.

Dans une grande poêle, mettre les champignons nettoyés avec un verre et demi de vinaigre et les aromates. Faire cuire à couvert quelques minutes pour que les champignons cuisent, puis à découvert pour faire évaporer tout le jus.

Ensuite, verser les champignons encore chauds dans les bocaux, verser l'huile jusqu'à ras bord (bien recouvrir les champignons), fermer les bocaux et laisser reposer au moins 4 mois avant dégustation.

Vous pouvez garder l'huile pour faire cuire un steak ou assaisonner vos salades et tomates.





AGENDA



Association loi 1901 - **Tourisme Info Services Vallée de la Roanne et son Espace de Vie Sociale**

LES RENDEZ-VOUS RÉGULIERS

LES JEUDIS
DE 16H30
À 18H

APRÈS-MIDI JEUX
un moment ludique avec
Marjolaine au **City stade**
ou à la **salle des fêtes**
de **SNLD** (en fonction
du temps)

LES
MARDIS DE
15H30 À 20H

À partir du **26 septembre**
ATELIERS MOBIL-SPORT
pour séniors, enfants,
adultes. **Salle des fêtes de**
St-Nazaire ou city stade.

LES
VENDREDIS DE
14H00 À 17H

À partir du **6 octobre**
ATELIER TRICOT
Local des aînés ou TIS

SEPTEMBRE

SAM - DIM
16 - 17
10H - 12H
14H - 18H

JOURNÉE EUROPÉENNE DU
PATRIMOINE à la Chapelle
St-Joseph et l'église de
St-Nazaire.

SAM - DIM
16 - 17
10H - 12H
14H - 18H

EXPO PHOTOS RÉSULTANT DU
CONCOURS DU TIS
à la Chapelle St-Joseph
de St-Nazaire.
Venez voter pour vos
photos préférées !

OCTOBRE

MARDI 17
15H30

PORTE OUVERTE MOBIL-SPORT
Cours d'essai gratuit.
Salle des fêtes St-
Nazaire.

OCTOBRE

MARDI
17
JOURNÉE

LE TRUCK SOLIHA
Le truck Soliha est un
camion aménagé en
mini-logement qui roule
pour la prévention du
« bien vivre chez soi »,
pour faire découvrir des
solutions d'aménagement
et améliorer les conditions
d'habitat des drômois.
Confort, Economie
d'énergie, Sécurité et
Adaptation à la perte
d'Autonomie. **Place de**
l'ancienne fontaine St-
Nazaire.



TOUS LES 1^{ERS}
VENDREDIS DU
MOIS

CAFÉ VILLAGEOIS
un moment de partage
(attentes, besoins)
des habitants de la
Vallée autour d'un café.
Terrasse du TIS

DÉCEMBRE

MERCREDI
6
14H - 17H

ATELIER « GOURMANDISES DE
NOËL AUTOUR DE LA NOIX »
avec Les ateliers d'Ingrid.
Préparation de croquets
aux noix, de biscuits
noix/chocolat et de noix
apéritives salées. **À la**
salle des fêtes de St-
Nazaire.
+ **ATELIER DÉCO DE L'ARBRE DE**
NOËL (détails à venir).



SAMEDI
9

FÊTE DES LUMIÈRES
Parcours de déambulation
dans le village avec de la
musique. Crêpes salées
et sucrées. **À la salle des**
fêtes de St-Nazaire.
Programme à venir.

NOVEMBRE

LUNDIS DE
NOVEMBRE

FORMATION A LA DÉCOUVERTE
DES ARDRES,
Sur 4 semaines : 4 lundis
matin à partir de 9h30 les
6, 13, 20 et 27 novembre au
TIS.

JEUDI 16
19H30

ATELIER "TAJINE AUX COINGS"
CUISINE LOCALE animé par
Emma et Marjolaine. **Salle**
des fêtes St-Nazaire.

DATE
À
VENIR

ATELIER "LACTO FERMENTATION"
Venez apprendre à
préparer vos conserves de
légumes lacto-fermentés.
À la salle des fêtes de St-
Nazaire.

ET CÔTÉ RESTO :

- **Le Comptoir de Philomène** : à partir de novembre, ouvert tous les jours sauf les mardis et mercredis.
- **L'Auberge du Désert** : en septembre et octobre, ouvert tous les samedis soir à l'occasion des Soirées du Chat Noir.
- **Ferme Auberge à la Ferme du Villard**
Ouvert le soir sur réservation.

Concert
24 septembre
à 15h, Eglise
St-Benoit-en-Diois

Philippe Guidat, guitare



À la croisée de la
musique populaire
ibérique et arabo-
andalouse revisitée.

Bertille Puissat, chant



Peninsule
forme lyrique et populaire