

# GOÛTEZ AUX SAVEURS D'ICI

GUIDE 2024  
DES PRODUCTEURS  
EN CIRCUIT COURT



# VINOCAP

**Herault**  *Sud de France*  
l'occitanie

**9, 10 et 11 MAI 2024**  
**LE CAP D'AGDE**



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec modération.

Service Communication Capd'Agde - 04 67 18 11 11 - www.capd'agde.com



# SOMMAIRE

CONSOMMEZ LOCAL, UN CHOIX !



PRODUCTEURS DE FRUITS & LÉGUMES



CALENDRIER DES FRUITS & LÉGUMES DE SAISON



JUS DE FRUIT, SIROP



CONFITURES & MIELS



HUILES D'OLIVE & VINAIGRES



PLANTES & FLEURS COMESTIBLES



VIANDES



OEUFS & LAITAGE



PRODUITS DE LA MER



BOISSONS ARTISANALES



POINTS DE DISTRIBUTION



LES MARCHÉS DES PRODUCTEURS DE PAYS



CIRCUITS COURTS ALIMENTAIRES  
L'AGGLO S'ENGAGE

04

05

06

13

17

21

25

29

33

37

39

42

43

46



Guide des producteurs en circuits courts 2024 • Contact : Service communication ZI le Causse - 34630 St-Thibéry •

Tél : 04 99 47 48 77 • [www.agglo-heraultmediterranee.net](http://www.agglo-heraultmediterranee.net) • Graphisme et mise en page : Cynthia Bernabé • Comité de rédaction : Céline Klein, Jacques André, Katia Capus, Florian Guardiole • Impression : JF Impression • Tirage : 10 000 exemplaires sur papier PEFC (programme de reconnaissance des certifications forestières pour une gestion durable des forêts.)



# CONSOMMEZ LOCAL, UN CHOIX !

L'Agglo Hérault Méditerranée soutient la consommation locale et les circuits courts pour limiter les émissions de gaz à effet de serre, réduire les déchets et les transports tout en favorisant l'économie de proximité.

Consommer local et de saison, c'est possible !



## de traçabilité du produit

- ⊕ de transparence, d'information sur la provenance et la fabrication
- ⊕ d'échanges et de rencontres



## de revenus sécurisés pour le producteur

- ⊕ de soutien à l'économie locale
- ⊖ d'intermédiaires



## de fraîcheur et d'authenticité !

- ⊕ de produits de saison
- ⊕ de rentabilité de distribution
- ⊕ de respect des savoir-faire



## d'économie d'énergie

- ⊖ de kilomètres parcourus
- ⊖ de déchets d'emballage
- ⊖ de cultures en serres chauffées



# FRUITS ET LEGUMES



## JANVIER



### FRUITS

Pomme  
Poire  
Kiwi  
Clémentine  
Orange  
Pomelo

### LÉGUMES

Épinard  
Potimarron  
Courge  
Blette  
Carotte  
Céleri  
Choux  
Échalote  
Pomme de terre  
Oignon  
Ail  
Navet  
Poireau  
Panaïs  
Betterave  
Radis noir  
Endive  
Mâche  
Fenouil  
Salade

## FÉVRIER



### FRUITS

Pomme  
Poire  
Kiwi  
Clémentine  
Orange  
Pomelo  
Citron

### LÉGUMES

Épinard  
Potimarron  
Courge  
Blette  
Carotte  
Céleri  
Choux  
Échalote  
Pomme de terre  
Oignon  
Ail  
Navet  
Poireau  
Fenouil  
Salade  
Panaïs  
Betterave  
Radis Noir  
Endive

## MAI



### FRUITS

Fraise  
Cerise  
Pomelo  
Rhubarbe  
Melon

### LÉGUMES

Chou-fleur  
Ail  
Radis rose  
Asperge  
Artichaut  
Chou  
Pomme de terre  
Primeur  
Oignon doux  
Céleri branche  
Courgette  
Petit pois  
Fève  
Fenouil  
Carotte  
Épinard  
Poireau  
Navet  
Tomate  
Betterave  
Salade  
Aromates

## JUIN



### FRUITS

Fraise  
Framboise  
Cerise  
Abricot  
Melon  
Pêche  
Pomelo  
Pastèque

### LÉGUMES

Brocoli  
Ail  
Radis rose  
Choux  
Concombre  
Poireau  
Artichaut  
Betterave  
Blette  
Oignon doux  
Tomate  
Pomme de terre primeur  
Fenouil  
Haricot vert  
Courgette  
Aubergine  
Petit pois  
Poivron  
Fève  
Carotte  
Navet  
Céleri  
Asperge  
Salade

## SEPTEMBRE



### FRUITS

Coing  
figue  
Raisin  
Noix fraîche  
Pêche  
Prune  
Pastèque  
Melon  
Poire  
Pomme  
Mûre

### LÉGUMES

Champignons de paris  
Concombre  
Courge  
Haricot vert  
Maïs doux  
Épinard  
Petit pois  
Potimarron  
Céleri  
Poivron  
Courgette  
Tomate  
Aubergine  
Echalote  
Oignon doux  
Ail  
Haricot à écosser  
Artichaut  
Fenouil  
Carotte  
Poireau  
Blette  
Navet  
Choux  
Radis  
Pomme de terre  
Potiron  
Betterave  
Salade

## OCTOBRE



### FRUITS

Pomme  
Poire  
Raisin  
Noix fraîche  
Châtaigne  
pêche de vigne  
Figue  
Coing  
Framboise  
Myrtille  
Noix  
Mûre  
Olive

### LÉGUMES

Concombre  
Courge  
Haricot à écosser  
Radis  
Artichaut  
Fenouil  
Navet  
Haricot vert  
Maïs doux  
Épinard  
Petit pois  
Ail  
Potimarron  
Céleri  
Aubergine  
Echalote  
Carotte  
Poireau  
Panaïs  
Poivron  
Courgette  
Tomate  
Oignon sec  
Blette  
Choux  
Betterave  
Pomme de terre  
Patate douce  
Salade  
Aromates

# DE SAISON ET LOCAUX !

Les fruits/légumes en couleur sont à privilégier car issus des productions héraultaises.

## MARS



### FRUITS

Pomme  
Poire  
Kiwi  
Citron  
Clémentine  
Pomelo

### LÉGUMES

Épinard  
Potimarron  
Blette  
Céleri  
Poireau  
Panais  
Choux  
Navet  
Oignon  
blanc

Radis noir  
Radis rose  
Endive  
Asperge  
Fenouil  
Carotte  
Potiron  
Courge  
Salade  
Betterave

## AVRIL



### FRUITS

Pomme  
Kiwi  
Rhubarbe  
Citron  
Pomelo  
Fraise

### LÉGUMES

Fève  
Épinard  
Blette  
Céleri  
Oignon doux  
Radis noir  
Betterave  
Pomme de terre

Salades  
Radis rose  
Asperge  
Poireau  
Carotte  
Choux  
Navet  
Endive

## JUILLET



### FRUITS

Abricot  
Brugnon  
Cassis  
Cerise  
Fraise  
Framboise  
Melon  
Prune  
Figue  
Myrtille  
Nectarine  
Pêche  
Pastèque  
Poire

### LÉGUMES

Brocoli  
Radis rose  
Concombre  
Artichaut  
Blette  
Fenouil  
Haricot vert  
Maïs doux  
Navet  
Pomme de terre primeur  
Céleri  
branche  
Ail

Choux  
Poireau  
Echalote  
Oignon sec  
Petit pois  
Potimarron  
Oignon doux  
Betterave  
Salade  
Aromates

## AOÛT



### FRUITS

Abricot  
Pêche  
Prune  
Raisin  
Melon  
Pastèque  
Figue  
Fraise  
Framboise  
Poire  
Pomme  
Mirabelle  
Nectarine

### LÉGUMES

Brocoli  
Radis rose  
Concombre  
Artichaut  
Pomme de terre primeur  
Echalote  
Oignon sec  
Haricot vert  
Maïs doux  
Navet  
Oignon doux  
Petit pois  
Potimarron  
Poivron  
Aubergine

Tomate  
Courgette  
Haricot à écosser  
Ail  
Choux  
Poireau  
Blette  
Fenouil  
Fève  
Carotte  
Betterave  
Céleri  
Salade  
Aromates

## NOVEMBRE



### FRUITS

Châtaigne  
Kaki  
Clémentine  
Mandarine  
Poire  
Pomme  
Kiwi  
Raisin  
Noix  
Olive  
Coing

### LÉGUMES

Choux  
Echalote  
Radis  
Céleri  
Ail  
Blette  
Courge  
Navet  
Brocoli  
Panais  
Oignon sec  
Artichaut  
Fenouil

Potimarron  
Carotte  
Poireau  
Bettrave  
Épinard  
Pomme de terre  
Patate douce  
Salade  
Aromates

## DÉCEMBRE



### FRUITS

Kiwi  
Mandarine  
Poire  
Pomme  
Clémentine  
Noix  
Châtaigne  
Coing

### LÉGUMES

Choux  
Ail  
Radis noir  
Céleri  
Cardon  
Blette  
Oignon sec  
Salsifis  
Fenouil  
Épinard  
Courge

Navet  
Panais  
Carotte  
Poireau  
Echalote  
Betterave  
Pomme de terre  
Patate douce  
Salade  
Potimarron  
Aromates



# FRUITS ET LEGUMES

## GAEC DE LA CABONNE

*Fruits et Légumes des 4 saisons  
Vente au caveau le mardi  
de 17h à 19h30 et le vendredi  
de 8h à 12h*

Julien et Fabienne CARCENAC  
ju.carcenac@gmail.com  
☎ 06 38 72 22 08  
1 rue de la Fontanelle  
34320 ADISSAN

## LE POTAGER

### CHEZ DAN ET MARILOU

*Légumes des 4 saisons, fruits  
(melons, fraises, pastèques)  
Sur commande (livraison  
à domicile par panier)*

Daniel et Marilou JAUFFRET  
danieljauffret@gmail.com  
☎ 06 16 29 02 11  
3 rue de la Poste  
34320 ADISSAN

## LA FERME DES NATALYS

*Légumes de saison  
Vente à BIOCOOP d'Agde*

Benoît WIATROWSKI  
wiatrowski.benoit@gmail.com  
☎ 06 52 41 40 76  
810 chemin des Prouilles  
34300 AGDE

## LA FERME DU COLIBRI

*Légumes des 4 saisons - fruits  
Point de vente D 137*

Rachid BELBEHOUL  
rachid.bel08@hotmail.com  
☎ 06 31 83 63 73  
Chemin la Grange du Bosc  
34550 BESSAN



## LE JARDIN DE MARCO

*Fraises*

*Vente sur le marché de Bessan*  
Marc WATTRELOT  
marcwattreLOT01@gmail.com  
☎ 06 17 83 11 09  
34550 BESSAN

## LES JARDINS DE LA BARQUE

*Melons, fruits et légumes  
de saison*

*Agriculture raisonnée (légumes  
de variétés anciennes)  
Marché le dimanche matin à  
Bessan (place de la promenade)*  
Marjolaine DI CIACCIO  
marjolaine.diciaccio@gmail.com  
☎ 06 26 66 05 58  
34550 BESSAN

## FRUITS ET LÉGUMES DU JARDIN

*Légumes de saison, plantes  
aromatiques*

*Vente sur commande par  
panier en livraison*  
Angélique DELAVEAU  
fruitsetlegumesdujardin@yahoo.fr  
☎ 06 98 21 88 29  
26 chemin de la Rengas  
34550 BESSAN

## GRETA ET VINCENT

*Légumes des 4 saisons,  
Fruits : melons, pastèques,  
abricots, pêches, prunes  
Marché Agde et Cap d'Agde  
jeudi et samedi matin, en saison  
marché du Cap d'Agde le  
mercredi matin*

Vincent RAYNAUD  
☎ 06 07 72 32 86  
Chemin Font Colomba  
34550 BESSAN

## ROMAIN VUACHET

*Légumes d'été  
Marché Agde en saison  
le dimanche matin*

Romain VUACHET  
vuachetromain@gmail.com  
☎ 06 42 69 23 94  
Croix de Pavi  
34550 BESSAN

## LE JARDINIER DES 4 SAISONS

*Légumes des 4 saisons  
Vente directe à la ferme  
ou livraison sur demande*

Geneviève VILLALBA  
jardin.saint-nicolas@hotmail.fr  
☎ 06 29 06 97 52  
Domaine Saint-Nicolas  
1752 chemin du Picpoul  
34120 CASTELNAU-DE-GUERS

## LA CHARTREUSE DE MOUGERES

*Légumes d'été  
Vente au domaine*

Gersende de SAINT-EXUPERY  
contact@chartreusedemougeres.com  
www.chartreusedemougeres.com  
☎ 04 67 98 40 01  
Domaine de la Chartreuse  
de Mougères  
34720 CAUX





### **LA CHAUMIERE**

*Oignons et plants, melons, tomates, légumes d'été*  
Vente sur place les lundis, mercredis, jeudis, vendredis et samedis de 9h à 12h30 et de 15h30 à 19h, le dimanche de 9h à 12h30

Francis SAN NICOLAS  
francissan-nicolas@orange.fr  
☎ 06 64 24 41 55  
8 av. Wladimir d'Ormesson  
34120 LÉZIGNAN-LA-CÈBE

### **Florent GARCIA**

*Oignons, plants d'oignons et plants potagers*  
Vente sur commande ou sur l'exploitation du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 16h à 18h, le samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h, le dimanche de 9h à 12h

Florent GARCIA  
garciaja.producteur.lezignan@gmail.com  
www.plantsoignonslezignan.com  
☎ 06 78 32 07 96  
Chemin des Barthes Hautes  
34120 LÉZIGNAN-LA-CÈBE

### **Jean-Antoine GARCIA**

*Oignons et plants d'oignons*  
Vente sur commande ou sur l'exploitation du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 16h à 18h, le samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h, le dimanche de 9h à 12h

Jean-Antoine GARCIA  
garciaja.producteur.lezignan@gmail.com  
www.plantsoignonslezignan.com  
☎ 06 74 67 12 52  
Chemin des Barthes Hautes  
34120 LÉZIGNAN-LA-CÈBE



## **Les producteurs d'oignons doux "Cèbe de Léznigan"**

Un oignon qui ne fait pas pleurer !



La cèbe est un oignon doux et rafraîchissant dont les qualités gustatives inspirent les plus grands chefs de cuisine. Cet oignon se consomme cru ou préparé : salade de cèbes, tarte aux cèbes, cèbes farcies et même glace de cèbe ... mais pour bénéficier de ses nombreuses vertus anti oxydantes, il faut le manger cru !

La cèbe est un produit saisonnier, récoltée de juin à septembre. Un seul repère pour identifier cet oignon doux, la marque « la cèbe de Léznigan Producteurs Associés ». Elle garantit l'origine de la production, l'authenticité du produit, la traçabilité et le savoir faire des agriculteurs réunis au sein de l'association « les producteurs d'oignons doux de Léznigan ».

Vous pouvez la déguster lors de la foire annuelle organisée sur la commune de Léznigan-la-Cèbe, le 1<sup>er</sup> dimanche du mois de juillet ou l'acheter directement auprès des producteurs locaux du village.



### SADEGHIAN PRODUCTEUR

*Oignons et plants d'oignons*  
*Vente au hangar sur rdv*  
 Shahriar SADEGHIAN  
 sadeghian.producteur@gmail.com  
 www.oignonsdelezignan.net  
 ☎ 06 15 10 53 69  
 D 609  
 34120 LÉZIGNAN-LA-CÈBE

### ASPERGES GUIRAO

*Asperges vertes*  
*Vente au hangar les après-midis (avril et mai)*  
 Delphine GUIRAO  
 asperges.guirao@outlook.fr  
 ☎ 06 73 43 24 51  
 Chemin de la Clapière  
 34530 MONTAGNAC

### LE JARDIN DES LIBELLULES

*Légumes des 4 saisons*  
*Vente sur commande*  
 Fanny COUWARD  
 jardindeslibellules34@gmail.com  
 ☎ 06 68 03 90 48  
 34530 MONTAGNAC

### MAS DES MICOCOULIERS

*Légumes et fruits des 4 saisons*  
*Vente sur les marchés de Montagnac*  
 David COSNARD  
 davidcosnard34@orange.fr  
 www.masdesmicocouliers.com  
 ☎ 06 21 19 74 15  
 Mas des Micocouliers  
 34530 MONTAGNAC



### EARL LES JARDINS DE PEZENAS

*Légumes des 4 saisons, fruits (abricots, pommes)*  
*Vente sur les marchés de Pézenas et Agde*  
 Florent ALBARET  
 contact@lesjardinsdepezenas.com  
 www.lesjardinsdepezenas.com  
 ☎ 06 71 57 38 13  
 6 chemin de l'Amandier  
 34120 PÉZENAS

### LE JARDIN DE L'ESSENS-CIEL

*Légumes des 4 saisons*  
*Vente sur place*  
 Delphine MERCIER  
 delphine.mercier55@sfr.fr  
 ☎ 06 03 61 77 27  
 1 chemin du Bois de la Ville  
 34120 PÉZENAS

### SAS PAGES PERE, FILS ET FILLE

*Légumes des 4 saisons*  
*Vente à la boutique de Pézenas*  
*chemin de l'amandier et sur les marchés de Pézenas*  
*le samedi et à Clermont l'Hérault le mercredi*  
 François PAGES  
 pages.fruits.legumes@gmail.com  
 ☎ 06 24 97 91 15  
 354 chemin de l'Amandier  
 34120 PÉZENAS

### SCEA SAINTE CROIX

*Melons*  
*Vente aux halles de Mèze de fin mai à septembre*  
 Mohand GUENIN  
 bureau@agrifr.fr  
 www.forcesud.fr  
 ☎ 04 67 24 16 96  
 Domaine de la Tour de Valerneau  
 34810 POMÉROLS

### LA PERLE DU POTAGER

*Légumes des 4 saisons*  
*Vente sur commande et à So'bio à Pézenas*  
 Pearl SAINT-PASTOU  
 laperledupotager@gmail.com  
 ☎ 06 38 03 33 49  
 Caissergues Sud  
 34230 ST-PONS-DE-MAUCHIENS



## LA FERME DU REC PAURUC

Champignons (Pleurottes),  
Spiruline, Chanvre industriel,  
Lombriculture

Vente au Marché et chez le pri-  
meur de Saint-Thibéry

Guillaume LORENTE  
spirulinerecpauruc@gmail.com

☎ 06 17 26 98 48

Lieu-dit Le Rec Pauruc  
34630 SAINT-THIBERY

## SCEA LES FRENES

Légumes de saison, fruits  
rouges

Vente dans des magasins  
spécialisés sur Pézenas,  
Agde, Béziers

Mikaël LE JEUNE  
mikaellejeune@hotmail.fr

☎ 06 19 84 27 90

Tour de Valros  
34120 TOURBES

## CAVE RAMIA :

### LES JARDINS DE CINDY

Fruits et légumes (melons,  
pastèques, légumes de toutes  
les saisons)

Vente au caveau, marchés de  
Vias le samedi matin et Bessan  
le dimanche matin (toute l'an-  
née), marchés en saison le  
mercredi matin à Vias et lundi  
matin à Vias plage

Mercedes, Cindy

et Mickaël RAMIA

mercedesramia34@gmail.com

☎ 06 16 91 25 45

27 Boulevard Gambetta  
34450 VIAS



# La recette



## SALADE DE CÈBES DE LÉZIGNAN

*Recette crue pour 4 personnes*

- Une cèbe de 1 kg
- Huile, sel, herbes aromatiques
- 1 litre d'eau
- 250gr de fromage de brebis

- Epluchez puis émincez la cèbe et la disposer dans un grand saladier, versez l'eau et mettre environ une heure au réfrigérateur.
- Sortir le saladier, videz l'eau et assaisonnez la cèbe avec l'huile et le sel.
- Versez le fromage et saupoudrez d'herbes aromatiques, bien remuer, vous pouvez servir.

*Bon appétit !*

# Mangez Local !

c'est **bon, sain**  
et **responsable**



Service Communication Agglo Hérault Méditerranée 146 96 48 77



**DÉVELOPPE LES CIRCUITS COURTS**



# JUS DE FRUIT ET SIROP





# JUS DE FRUIT ET SIROP

## DOMAINE LA GRANGETTE SAINTE ROSE

*Jus de raisin*

*Vente directe sur le domaine*

Christelle/Matthieu CARON

domainelagrangette@gmail.com

www.domainelagrangette.com

☎ 06 64 71 42 58

305 chemin du Picpoul

34120 CASTELNAU-DE-GUERS

34120 TOURBES



## LE JARDINIER DES 4 SAISONS

*Légumes des 4 saisons*

*Vente directe à la ferme*

*ou livraison sur demande*

Geneviève VILLALBA

jardin.saint-nicolas@hotmail.fr

☎ 06 29 06 97 52

Domaine Saint-Nicolas

1752 chemin du Picpoul

34120 CASTELNAU-DE-GUERS

## DOMAINE PUECHMARIN

*Jus et sirop de grenades*

*Vente au domaine*

Pierre COLIN

pierre-colin@neuf.fr

☎ 06 87 08 40 22

13 avenue des Lauriers

34850 PINET

## VILLA DELMAS

*Jus de fruits (pomme)*

*Vente au domaine*

Jocelyn et Fabrice DELMAS

earldelmas@wanadoo.fr

www.villadelmas.fr

☎ 06 77 74 00 35

Route de Valros

34630 SAINT-THIBÉRY

## PARFUMS MARTY

*Sirops*

*Vente à la boutique*

Bernard MARTY

contact@parfums-marty.com

www.parfums-marty.com

☎ 04 67 77 75 94

Route de Montblanc - km 2

34630 SAINT-THIBÉRY

## CORINNE FABRE

*Sirops*

*Vente à Biocoop (Agde),*

*So'Bio (Pézenas),*

*Ren'art (Pézenas)*

Corinne FABRE

cocodeguers@orange.fr

☎ 06 10 27 24 45

4 rue du Charron

34120 TOURBES

## MAISON AUBERT

*Limonade*

*Vente à la boutique de Pâques*

*à Toussaint du mercredi*

*au samedi de 10h à 13h*

*et de 15h à 19h.*

*Retrait des commandes*

*internet au 1 rue de la*

*Manufacture Semely*

*34120 PÉZENAS du lundi*

*au vendredi de 9h à 17h.*

*Visite commentée sur*

*demande sur l'histoire*

*de la limonade*

David FLIPO

boutique@maison-aubert.fr

contact@maison-aubert.fr

www.maison-aubert.fr

☎ 04 48 14 09 55

☎ 04 48 14 06 17

32 rue Conti

34120 PÉZENAS





## Pierre Colin

Producteur de grenades

> Domaine Puechmarin, Pinet

### Un élixir pour votre santé !

Agriculteur depuis 1998, producteur d'AOP Picpoul de Pinet, administrateur à la cave coopérative de l'Ormarine, Pierre Colin a plusieurs cordes à son arc. Il s'est lancé en 2014 dans la culture d'un verger de grenadiers en agriculture biologique à partir d'une variété de grenade de type Mollar de Elche.

Issus de l'assemblage de 4 variétés de grenadiers, ces produits assurent un équilibre parfait en bouche, tant sur la sucrosité que sur l'acidité, l'arôme et la couleur.

Cet agriculteur passionné maîtrise toute la chaîne de production, depuis la récolte manuelle jusqu'à la transformation de ce fruit aux innombrables vertus, en jus, gelée ou vinaigre. La marque estampillée sur ses produits « Grenades D'OCCITANIE FRANCE », témoigne de la qualité du produit, de son origine, des conditions de culture et de sa traçabilité.

Ses jus de grenade, véritables élixirs de santé, sont un concentré de vitamines et présentent un pouvoir antioxydant très élevé (étude 10/2023 de l'institut européen des antioxydants).

**Produits en vente directe à la ferme et dans les magasins spécialisés.**





## David Flipo

Limonades de la Maison Aubert  
> Pézenas

### Ça pétille !

Héritier d'un savoir-faire sur 6 générations, David Flipo produit une gamme de limonades et boissons gazeuses artisanales. Débutée en 1876 par Jules Aubert, sa production 100% locale offre une alternative saine et goûteuse aux boissons pétillantes actuelles. Certifiées bio, ces limonades, sodas et thés pétillants sont fabriqués à partir d'extraits naturels, avec une teneur en sucre pure canne plus faible que les boissons traditionnelles.

La recette et le procédé de fabrication original ont été primés à de nombreux concours agricoles.

Venez les apprécier à la boutique située au 32 rue Conti à Pézenas et découvrez l'incroyable collection de bouteilles de limonades, dont certaines ont plus d'un siècle !

Plus d'infos sur : <https://maison-aubert.fr>







# CONFITURES ET MIELS





# CONFITURES ET MIEL

## LE JARDINIER DES 4 SAISONS

*Confitures maison, sirop  
fraises et figues, biscuits  
sucrés aux fruits de saison,  
biscuits salés aux plantes  
aromatiques et légumes,  
pâtes fraîches ou sèches*  
Vente directe à la ferme  
ou livraison sur demande

Geneviève VILLALBA

jardin.sain-nicolas@hotmail.fr

☎ 06 29 06 97 52

Domaine Saint-Nicolas,

1752 chemin du Picpoul

34120 CASTELNAU-DE-GUERS



## MARC VIALLES

*Miel et pollen*

*Vente sur commande  
et sur place*

Marc VIALLES

cama-va@hotmail.fr

☎ 04 67 98 25 98

32 rue des Ecoles

34530 AUMES

## LA CHARTREUSE DE MOUGERES

*Huile d'Olives, confitures*

*Vente au domaine*

Gersende de SAINT-EXUPERY

contact@chartreusedemougeres.com

www.chartreusedemougeres.com

☎ 04 67 98 40 01

Domaine de la Chartreuse

de Mougères

34720 CAUX



## SERGE MORA

*Miel*

*Vente sur commande*

Serge MORA

serge.mora@hotmail.fr

☎ 06 86 64 24 72

21 Grand rue

34120 CAZOULS-D'HERAULT





## La confrérie des « Becos Figos » > Nézignan-l'Evêque

### Le saviez-vous ?

La confrérie des Becos Figos (mangeurs de figues) de Nézignan-L'évêque réalise de délicieuses confitures de figues et un vinaigre pur jus de figues, d'exception.

Réalisée dans un chaudron en cuivre datant de 1881 par les Consoeurs et Confrères, la confiture est issue des 77 variétés de figuiers plantées sur un verger expérimental et sur le site de l'arboretum, un espace exclusivement dédié à la culture de cet arbre méditerranéen.

Le vinaigre est vieilli artisanalement en fût de chêne. Sa belle couleur et sa texture liqueuse rappellent le vinaigre balsamique italien. Un vrai délice !

Tous les ans, la fête du figuier est programmée le 3<sup>ème</sup> dimanche d'Août, jour du grand chapitre solennel de la confrérie.

Tous ces produits sont élaborés selon les normes en vigueur et mis à disposition dans les commerces locaux.

Vous pouvez acheter les produits directement auprès de la confrérie des Becos Figos, et rencontrer le Grand Maître, M. Bernard Baldy, sur rendez-vous.



#### Plus d'infos :

M. et Mme Bernard Baldy  
20 Lot les Aïres  
34 120 Nézignan-L'Evêque

Tél : 06 67 22 32 53  
[becosfigos34120@gmail.com](mailto:becosfigos34120@gmail.com)

# Les recettes gourmandes



## FIGES CHÈVRE ET MIEL

*Recette pour 4 personnes*

- 12 figes
  - 3 crottins de chèvre \*
  - 1 c à s d'huile d'olive
  - 1 branche de romarin
  - Miel
- Laver les fruits. Les sécher dans du papier absorbant.
  - Les ouvrir en quatre, sans trancher le dessous du fruit.
  - Tailler les fromages en petits cubes puis en garnir chaque figue.
  - Les poser sur un papier sulfurisé sur la plaque du four. Verser sur chaque figue quelques gouttes d'huile d'olive, un peu de miel et 2 ou 3 brins de romarin.
  - Laisser cuire à four chaud environ 10 min.
  - Servir chaud accompagné d'une salade verte.



## GÂTEAU ROULÉ À LA FIGUE

*Recette pour 4 personnes*

- 2 jaunes d'oeufs
  - 2 blancs d'oeufs
  - 2 oeufs entiers
  - 80 + 20 g de sucre
  - 55 g de farine
  - Confiture de figes de Nézignan-l'Evêque
- Dans un cul de poule battre les oeufs entiers + 2 jaunes avec le sucre.
  - Faites chauffer au bain marie. Battre au fouet jusqu'à atteindre 40°.
  - Dès que le mélange est à la bonne température, retirer le cul de poule et battre jusqu'à ce que le mélange blanchisse et triple de volume. Et incorporer ensuite la farine délicatement.
  - Préchauffer le four à 210°. Monter les blancs en neige et ajouter les 20gr de sucre.
  - Mélanger à l'autre préparation et mettre sur une silpat et bien étaler uniformément avec une spatule.
  - Faire cuire 10 à 12 mn et démouler.
  - Etaler la confiture de figes et rouler bien serré.

*Bon appétit !*

# HUILES D'OLIVE ET VINAIGRES





# HUILES D'OLIVE ET VINAIGRES

## LA CIGALIERE

*Huile d'olive, lavande*  
*Vente sur place ou sur rdv.*  
*Visite des cultures sur réservation*

Marcel COMARRIU  
marcel.comarriu@wanadoo.fr  
☎ 06 76 08 32 19  
5 bis chemin de Saint-Martin  
34530 AUMES

## EARL LE MONT RAMUS

*Huile d'olive, olives de table,*  
*tapenade*  
*Vente sur place, visite gratuite*  
*toute l'année*

Matthieu JOUGLA  
jouglamatthieu@free.fr  
www.mouлиндumontramus.fr  
☎ 04 67 32 04 73  
RD13, route de Pézenas  
34550 BESSAN

## LE JARDIN DE MARCO

*Huile d'olive*  
*Vente sur le marché de Bessan*  
Marc WATTRELOT  
marcwattrelot01@gmail.com  
06 17 83 11 09  
34550 BESSAN

## DOMAINE LA GRANGETTE SAINTE ROSE

*Huile d'olive*  
*Vente directe sur le domaine*  
Christelle et Matthieu CARON  
domainelagrangette@gmail.com  
www.domainelagrangette.com  
☎ 06 64 71 42 58  
305 chemin du Picpoul  
34120 CASTELNAU-DE-GUERS



## LA CHARTREUSE DE MOUGERES

*Huile d'olive, confitures*  
*Vente au domaine*  
Gersende de SAINT-EXUPERY  
contact@chartreusedemougeres.com  
www.chartreusedemougeres.com  
☎ 04 67 98 40 01  
Domaine de la Chartreuse  
de Mougères  
34720 CAUX

## DOMAINE LA CONDOMINE L'ÈVEQUE

*Huile d'olive*  
*Vente au Caveau tous les*  
*matins du lundi au vendredi*  
*de 8h30 à 12h30, le samedi*  
*de 9h30 à 12h30*  
Guilhem BASCOU  
guilhem.bascou@wanadoo.fr  
☎ 04 67 98 27 61  
2 rue de la Condamine  
34120 NÉZIGNAN-L'ÈVÈQUE

## MAS TER VINO

*Huile d'olive (pitchouline,*  
*lucque, sigoise, aglandau)*  
*Vente au domaine du lundi au*  
*samedi de 9h à 12h et de 14h*  
*à 18h30*  
Philippe LACUERDA  
matervino34@gmail.com  
☎ 06 21 70 27 57  
Route de Roujan  
34120 PÉZENAS

## DOMAINE PUECHMARIN

*Vinaigre de grenades,*  
*gelée de grenades*  
*Vente au domaine*  
Pierre COLIN  
pierre-colin@neuf.fr  
☎ 06 87 08 40 22  
13 avenue des Lauriers  
34850 PINET

## HUILE D'OLIVE EMERITA

*Huile d'olive*  
*Vente à la Cave Coopérative*  
*de Portiragnes-Cers,*  
*Puimisson et Villeneuve*  
Francis PIZANA  
francis.p34@orange.fr  
☎ 06 67 22 64 26  
Passage Germaine Bousquet  
34420 PORTIRAGNES

## PARFUMS MARTY

*Vinaigre aux plantes aroma-*  
*tiques, huiles essentielles*  
*Vente à la boutique*  
Bernard MARTY  
contact@parfums-marty.com  
www.parfums-marty.com  
☎ 04 67 77 75 94  
Route de Montblanc – km 2  
34630 SAINT-THIBÉRY





**Matthieu Jougla**  
Moulin du Mont Ramus  
> Bessan

## Toutes les saveurs de la Méditerranée !

Cette exploitation agricole familiale consacre plus de 65 hectares à la culture de l'olivier. L'olive est ainsi ramassée, transformée et valorisée au moulin du Mont Ramus. Au sein de la boutique, venez découvrir les variétés d'olives, les huiles végétales, les tapenades et les savons naturels.

Parmi les produits phares proposés, nous vous invitons à déguster la Lucques. Cette variété d'olive verte charnue et fondante, appelée aussi « le diamant vert » est l'olive spécifique de l'Hérault. On la reconnaît à sa forme, son goût. Elle est ramassée à la main et dispose d'une Appellation d'Origine Protégée.

Le moulin propose également une gamme variée d'huiles d'olives dont les vertus participent à la diète méditerranéenne.

Nouveauté : vous pourrez découvrir les savons surgras élaborés à partir d'ingrédients d'origine 100% naturelle et bio. Ils sont fabriqués sur place, à la main, selon la méthode ancestrale de saponification à froid, gage de qualité, de douceur et de respect de l'environnement.

Pour en découvrir davantage sur les produits du Moulin du Mont Ramus et l'exploitation familiale, des visites guidées gratuites sont organisées.

**Plus d'infos sur : [www.moulin dumont ramus.fr](http://www.moulin dumont ramus.fr)**





Tous droits réservés



## Jean-Marie Xiména, Le fournil épanoui > Saint-Pons-de-Mauchiens

### Ça croustille, ça croustille !

Installé sur le domaine de Montmau, une exploitation viticole de 30 hectares, Jean-Marie Xiména est un passionné : à la fois agriculteur, artisan boulanger et entrepreneur, il cultive des céréales bio, cuit son pain dans son four à bois et fabrique également des moulins à meules de pierre de type Astrié et des machines agricoles associées à la production de farine. ([www.moulin-astreia.com](http://www.moulin-astreia.com))

Pour régaler nos papilles, il propose des pains et des farines de très haute qualité avec un principe de mouture particulier : la mouture sur moulin Astrié qui déroule le grain au lieu de l'écraser et conserve ainsi le germe et l'assise protéique du blé au sein de la farine.

Il élabore des farines de type T80 à T150, sans additif et sans traitement. Au fournil, le choix du levain favorise une fermentation lactique et permet ainsi de produire un pain plus digeste, avec un index glycémique plus faible.

A découvrir :

- Le pain bis, farine de blé T80, en 3 formats : baguette de 270g, pavés de 400g et miches de 800g à 1kg.
- Le pain de petit épeautre.
- Le pain et la tourte de seigle.
- Le pain de blé complet.
- Le pain aux graines.

A déguster prochainement, la gamme des brioches, cookies, cakes et autres spécialités de boulangerie pâtisseries.

Venez, voyez et goûtez au domaine de Montmau ou retrouvez les pains du fournil épanoui le samedi matin au marché de Pézenas (secteur producteurs biologiques).



#### FURNIL EPANOUI

Pains, farines

**Vente sur le domaine du lundi  
au vendredi. Livraison  
sur commande**

Jean-Marie XIMENA  
[contact@fournil-epanou.fr](mailto:contact@fournil-epanou.fr)  
07 89 05 42 37

Domaine Montmau  
34230 ST-PONS-DE-MAUCHIENS





# PLANTES ET FLEURS COMESTIBLES





# PLANTES ET FLEURS COMESTIBLES

## LA CIGALIERE

*Truffes, Safran*

*Vente sur place ou sur rdv.*

*Visite des cultures sur réservation*

Marcel COMARRIU

marcel.comarriu@wanadoo.fr

☎ 06 76 08 32 19

5 bis chemin de Saint-Martin  
34530 AUMES



## FRUITS ET LEGUMES

### DU JARDIN

*Plantes aromatiques, fleurs comestibles*

*Vente sur commande par panier en livraison*

Angélique DELAVEAU

fruitsetlegumesdujardin@yahoo.com

☎ 06 98 21 88 29

26 chemin de la Renga  
34550 BESSAN

## LA CHARTREUSE DE MOUGERES

*Plantes aromatiques*

*Vente au domaine*

Gersende de SAINT-EXUPERY

contact@chartreusedemougeres.com

www.chartreusedemougeres.com

☎ 04 67 98 40 01

Domaine de la Chartreuse  
de Mougères  
34720 CAUX

## CORINNE FABRE

*Plantes aromatiques,  
médicinales et tisanes*

*Vente à Biocoop (Agde),  
So'Bio (Pézenas), Ren'art  
(Pézenas)*

Corinne FABRE

cocodeguers@orange.fr

☎ 06 10 27 24 45

4 rue du Charron  
34120 TOURBES

## LES JARDINS

### ELEVANTS - POLYVIU

*Fleurs comestibles et tisanes*

*Vente sur commande, marché  
de Vias*

Despo POLYVIU

jardins@elevant.fr

www.elevant.fr

☎ 07 69 38 65 87

228 chemin de la Butée  
34450 VIAS





## Corinne Fabre

Herboriste et productrice  
de plantes aromatiques  
> Tourbes

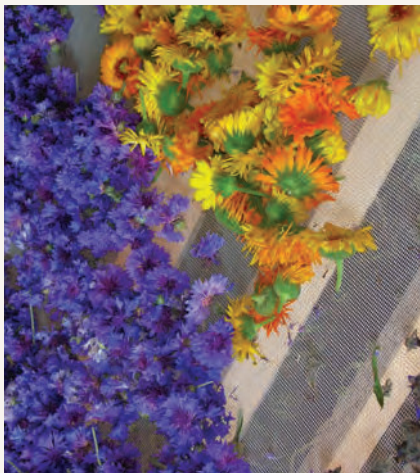
### Découvrez tous les bienfaits des plantes !

Formée en 2005 en herboristerie, engagée en agro-écologie, cette passionnée de la flore sauvage cultive, cueille, tri et sèche des plantes méditerranéennes aromatiques aux bienfaits reconnus : thym, sauge, ortie, calendula, mélisse, sarriette...

Elle réalise également une gamme de 7 tisanes composées d'assemblage de plantes aux noms évocateurs : rêve de plume, oh les gambettes, tisane du berger, la vie en rose, Vénus, Mars.. qui allie à la fois saveurs et couleurs. Pour parfaire sa palette, elle confectionne des sirops, assemble des aromates et réalise des pestos en agriculture biologique. Sa quête : «approcher le mystère de la plante».

Au total, ce sont près de 30 références de plantes qui sont disponibles dans les points de vente suivants :

So.Bio à Pézenas, Ren'art à Pézenas et Biocoop Agde.





## Marcel COMARRIU

Domaine la Cigalière

> Aumes

### Comme un parfum de Provence !

Marcel Comarriu produit de l'huile essentielle de lavandin dans les garrigues d'Aumes. Il cultive également de la truffe noire.

Amoureux des paysages méditerranéens, Marcel a recréé sur 5 ha un environnement naturel où s'associe la culture de la terre et l'esthétisme. Il a ainsi planté des lavandins aux couleurs mauves et cultive dans son petit éden des chênes truffiers, des oliviers et un peu de safran.

Le lavandin est un hybride naturel entre la lavande vraie qui pousse sur les plateaux de la Haute Provence et l'aspic qui est la lavande naturelle sauvage. A la Cigalière, sa récolte s'effectue une fois par an, vers la mi-juillet. Il est coupé manuellement, à la faucille, au plus chaud de la journée car c'est à ce moment là que 90 à 95% de l'huile essentielle contenue dans les feuilles et les tiges remonte dans les fleurs. Aucun traitement chimique n'est utilisé sur ses parcelles et l'herbe est arrachée à la main.

Les vertus de l'huile essentielle de lavandin sont nombreuses ! Une petite goutte suffira pour soulager piqûres de moustique ou guêpe. C'est aussi un très bon répulsif et un bon remède pour soulager les migraines, réguler son sommeil, réduire le stress, améliorer la cicatrisation des égratignures et diminuer les douleurs après un mauvais coup.

*La Cigalière commercialise des flacons de 10 et 20ml mais également une gamme de produits composée de diffuseurs, de savons et de petits sachets de lavandin.*





**VIANDES**





# VIANDES

## MANADE SAUVAN

*Viandes bovines  
(Taureau de Camargue)*

*Vente sur commande*

Frédéric SAUVAN  
manade.sauvan@gmail.com  
☎ 06 15 46 14 77  
Les Verdisses  
34300 AGDE

## LES ECURIES D'ALIYANA

*Viande Angus  
Vente sur commande*

Sophie BENTAYEB  
aliyana34@gmail.com  
www.centreequestrebessan-34.fr  
☎ 06 68 62 87 55  
Route de Béziers  
34550 BESSAN

## MANADE LOPEZ

*Taureau Camargue bio  
Vente sur commande par  
colis, visite de l'élevage*

Vincent LOPEZ  
manade.lopezvincent@gmail.com  
www.elevant.fr  
☎ 06 59 29 49 65  
Mas Sainte Thérèse  
34550 BESSAN

## FERME AVICOLE CANTA GAL

*Volailles (poulets, pintades,  
dindes, chapons, lapins)*

*Vente à la ferme et marchés*

Gauthier MAYNE  
gm34810@gmail.com  
☎ 07 85 54 83 62  
103 avenue de Pézenas  
34810 POMÉROLS



## LA BERGERIE

*Viandes ovines caprines  
(agneaux, chevreaux)*

*Vente sur commande*

Alan LOPEZ  
labergerie-ducausse@hotmail.fr  
☎ 06 62 82 41 85  
Le Causse  
34320 NIZAS

## DOMAINE

### DE LA GAUFREZE

*Viandes porcines et charcuterie*

*Vente sur réservation*

Mathieu VAYSSADE  
mathieu.vayssade@gmail.com  
☎ 07 84 29 34 98  
Domaine de la Gaufrèze  
34510 FLORENSAC

## LA GRANGE

### DE LA COMBE

*Viandes bovines, poulets,  
cochons*

*Vente à la ferme*

Laurent GIPOULOU  
laurentgipoulou@gmail.com  
☎ 06 26 76 41 84  
Avenue de Marseillan Lieu-dit  
La Combe  
34810 POMÉROLS

## MANADE

### DU GRAND SALAN

*Taureaux de Camargue,  
agneaux*

*Vente à la manade*

Véronique et Baptiste BENABENT  
manadegrandsalan@free.fr  
☎ 07 69 88 88 43  
2 chemin de la Carrière  
du Grand Salan  
34420 PORTIRAGNES



## ELEVEURS 100% LOCAL

Les TROUPEAUX d'à COTE est le portail web développé par le Syndicat Mixte de la Filière Viande de l'Hérault destiné à promouvoir les éleveurs de l'Hérault et des départements limitrophes désireux de proposer leurs produits d'élevage en circuit court.

Chacun peut y trouver son compte : Le particulier qui souhaite acheter directement au producteur ou dans un point de vente, peut consulter en 2 clics le fournisseur le plus proche de chez lui.

Plus d'infos sur :  
[lestroupeauxdacote.com](http://lestroupeauxdacote.com)





## Mathieu Vayssade

Domaine de la Gaufrèze

> Florensac

### Tout est bon dans le cochon !

Mathieu Vayssade élève sur 5 hectares en plein air, près de 80 cochons de race Largewhite et Duroc pour vous proposer une viande goûteuse de qualité extra et à un prix très raisonnable.

Cet éleveur passionné respecte une charte de qualité qu'il a lui-même conçue et qui garantit le bien-être de ses cochons qui gambadent sur le domaine. L'alimentation est garantie sans O.G.M : les cochons se nourrissent principalement de céréales, de la drêche issue des résidus du brassage de la bière (bière artisanale Kisswing à Montblanc), de pain, de fruits et légumes locaux. Les antibiotiques sont utilisés uniquement à des fins curatives et les porcins ne sont pas vaccinés à la naissance.

- > Viande en vente en boucherie "chez ton boucher" à Marseillan, et à la "Boucherie Kevin et Olivier" à Agde
- > Commandez le 1<sup>er</sup> mercredi de chaque mois, sur réservation un carton de 5Kg ou achetez au détail au domaine de la Gaufrèze : côte, escalope, rouelle, rôti, saucisse...
- > Laissez-vous également tenter par les succulents pâtés et saucissons, transformés artisanalement à la Salvetat sur Agoût (Maison Cabrol).



# La recette



## LES PETITS PÂTÉS DE PÉZENAS

### Ingrédients pour 6 pièces

- > 2 pâtes brisées
- > 250 g de gigot d'agneau sans os
- > 80 g de beurre
- > 50 g de raisins secs
- > 1 c-à-s de cassonade
- > 1 citron
- > 1 jaune d'œuf
- > Cumin moulu
- > Cannelle moulue
- > Noix de muscade moulue
- > Sel fin et poivre noir

- > Hacher l'agneau.
  - > Le mélanger avec 1 c-à-s de sucre, les raisins hachés, une pincée de chaque épice, ½ c-à-c de sel et ½ c-à-s de poivre.
  - > Ajouter le beurre mou et le zeste râpé du demi-citron.
  - > Étaler la pâte brisée et découper 8 disques de pâte de 4 cm à l'aide d'un emporte-pièce. Découper ensuite 4 bandes de 5 cm de large et de 13 cm de long.
  - > Déposer la farce sur l'extrémité d'une bande et la rouler pour lui donner une forme de tube de 3 cm de diamètre.
  - > Battre le jaune d'œuf avec 2 c-à-s d'eau et utiliser cette dorure pour refermer les tubes et souder les disques de pâtes à ses extrémités.
  - > Placer les pâtés droits et les raffermir au frais 2 h.
  - > Préchauffer le four à 200°C.
  - > Disposer sur une plaque de cuisson recouverte d'un papier sulfurisé, dorer et enfourner pour 30 minutes.
- A déguster tiède.

*Bon appétit !*





# OEUF ET LAITAGE



# OEUF ET LAITAGE

## LE JARDIN DE MARCO

Oeufs

Vente sur le marché de Bessan

Marc WATTRELOT

marcwattreLOT01@gmail.com

☎ 06 17 83 11 09

34550 BESSAN

## LA FERME DU PEYRAL

Fromages et tommes de

chèvre, yahourts de chèvre

Vente sur place

Marie-Alix de NATTES

lafermedupeyral@gmail.com

☎ 06 49 21 47 09

Route d'Aumes,

Lieu-dit le Peyral

34120 CASTELNAU-DE-GUERS

## LE JARDINIER DES 4 SAISONS

Oeufs

Vente directe à la ferme

ou livraison sur commande

Geneviève VILLALBA

jardin.saint-

nicolas@hotmail.fr

☎ 06 29 06 97 52

Domaine Saint-Nicolas

1752 chemin du Picpoul

34120 CASTELNAU-DE-GUERS



## FERME AVICOLE CANTA GAL

Oeufs

Vente à la ferme et marchés

Gauthier MAYNE

gm34810@gmail.com

☎ 07 85 54 83 62

103 avenue de Pézenas

34810 POMÉROLS

## LES CHÈVRES

DE LA GARRIGUE

Fromages de chèvres

Vente à la boutique

Pauline BARRACO

☎ 06 23 18 75 67

24B rue de la Garrigue

34230 ST-PONS-DE-MAUCHIENS



## BON À SAVOIR

À la coque, poché, au plat, mariné, fouetté, frit... le répertoire gastronomique des œufs est vaste. Mais connaissez-vous les conditions de conservation idéales ?

- Il est préférable de conserver les œufs à température ambiante, la pointe en bas.
- Pour savoir si un œuf est encore frais, il suffit de le plonger dans un verre d'eau salée. S'il flotte, ne le consommez pas ; s'il coule, il est parfait.
- Les œufs ne doivent pas être consommés après le 28<sup>e</sup> jour de ponte. Pour les recettes qui utilisent des œufs crus ou peu cuits, préférez les œufs avec la mention Extra (jusqu'au 9<sup>e</sup> jour de ponte).





## Marie-Alix de Nattes

La ferme du Peyral

>Castelnau-de-Guers

### Des fromages fermiers de chèvre

La chevrière vient de s'installer à la ferme du Peyral située sur le plateau de Castelnau-de-Guers.

Cette chèvrerie abrite plus d'une trentaine de jeunes chèvres de race Alpine, sélectionnées pour leur capacité à produire du lait (600 litres/an et par chèvre).

Un lait parfumé aux senteurs de nos garrigues puisque les chèvres vont paître sur plus de 200 ha en pleine nature. La ferme du Peyral propose une gamme variée de produits : fromages de type pélarçons, tommes et yahourts.

L'exploitation dispose d'une salle de traite mais également d'une fromagerie et d'un espace de vente et de dégustation.

**Achat en vente directe.**



# La recette



## FLAN AUX OEUFS

### Recette pour 6 personnes

- > 1 litre de lait
- > 6 oeufs
- > Sucre : 100 g
- > Sucre (pour le caramel) : 100 g
- > Eau de fleur d'oranger (facultatif)

> **Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6). Préparer le caramel en mettant 100g de sucre dans une casserole à fond épais et en faisant chauffer doucement sans remuer.**

> **Tourner la casserole de temps en temps pour homogénéiser la cuisson. Lorsqu'il commence à prendre une jolie couleur dorée, le verser dans un grand moule allant au four. Batre les oeufs avec les 100 g de sucre restants, puis ajouter le lait préalablement chauffé et l'eau de fleur d'oranger.**

> **Verser le tout dans le moule caramélisé. Faire cuire au four dans un bain-marie pendant 30 à 40 mn environ, cela peut varier en fonction de la taille du moule utilisé. Il faut que le centre soit pris mais encore légèrement tremblotant.**

> **Pour finir, laisser refroidir puis placer au frais jusqu'au moment de servir.**

*Bon appétit !*



# PRODUITS DE LA MER





# PRODUITS DE LA MER

## ASSOCIATION DES PÊCHEURS DU CAP D'AGDE

Regroupement de 10 pêcheurs  
des petits métiers.

Vente de poissons sur étal

Teva CAMBOULIVE

tevacamboulive27@gmail.com

07 81 40 07 43

Rue de l'Estacade

34300 LE CAP D'AGDE

## Ô COMPTOIR IODE

Coquillages (moules, huîtres)

Vente à la boutique

Cédric LAMOUREUX

chezkiki34@hotmail.fr

06 70 18 80 35

12 rue de la Brèche

34630 SAINT-THIBERY

## LE FUMOIR

Poissons fumés provenant

de la Criée du Grau d'Agde

Vente à la boutique des Pro-

ducteurs de Pézenas, de Mèze

et de Sète

Nadine PAQUIN

lefumoirdoc@gmail.com

06 07 29 64 35

47 rue des Garrigues 34230

SAINT-PONS-DE-MAUCHIENS



## La recette

### MOULES FARCIES À L'AGATHOISE

**Pour 4 personnes :**  
> 24 grosses moules "à farcir"

> Pour la farce :

- 400 gr de chair à saucisse (ou un mélange) et bœuf haché
- 1 bouquet de persil plat
- 3 à 4 gousses d'ail
- 2 œufs
- 3 tranches de pain rassis
- Sel et poivre

> Pour la sauce :

- Une grande boîte de tomates concassée
- Une boîte de concentré de tomates
- Un verre de vin blanc
- Un oignon

> Pour le flambage

- 2 ou 3 CS de l'alcool de votre choix

> Aioli

> Hacher le persil et l'ail. Faire tremper le pain rassis dans l'eau pour qu'il gonfle puis l'essorer en le pressant à la main. Mélanger le hachis de viande avec l'ail, le persil, l'œuf et le pain. Saler et poivrer.

> Ne garder que les moules non cassées et fermées et les ébarber.

> Laver et gratter les coquilles pour enlever les impuretés. Les ouvrir sans casser la charnière (afin de pouvoir la refermer pour la cuisson).

> Garnir les moules avec de la farce et les refermer doucement. Réserver au frais.

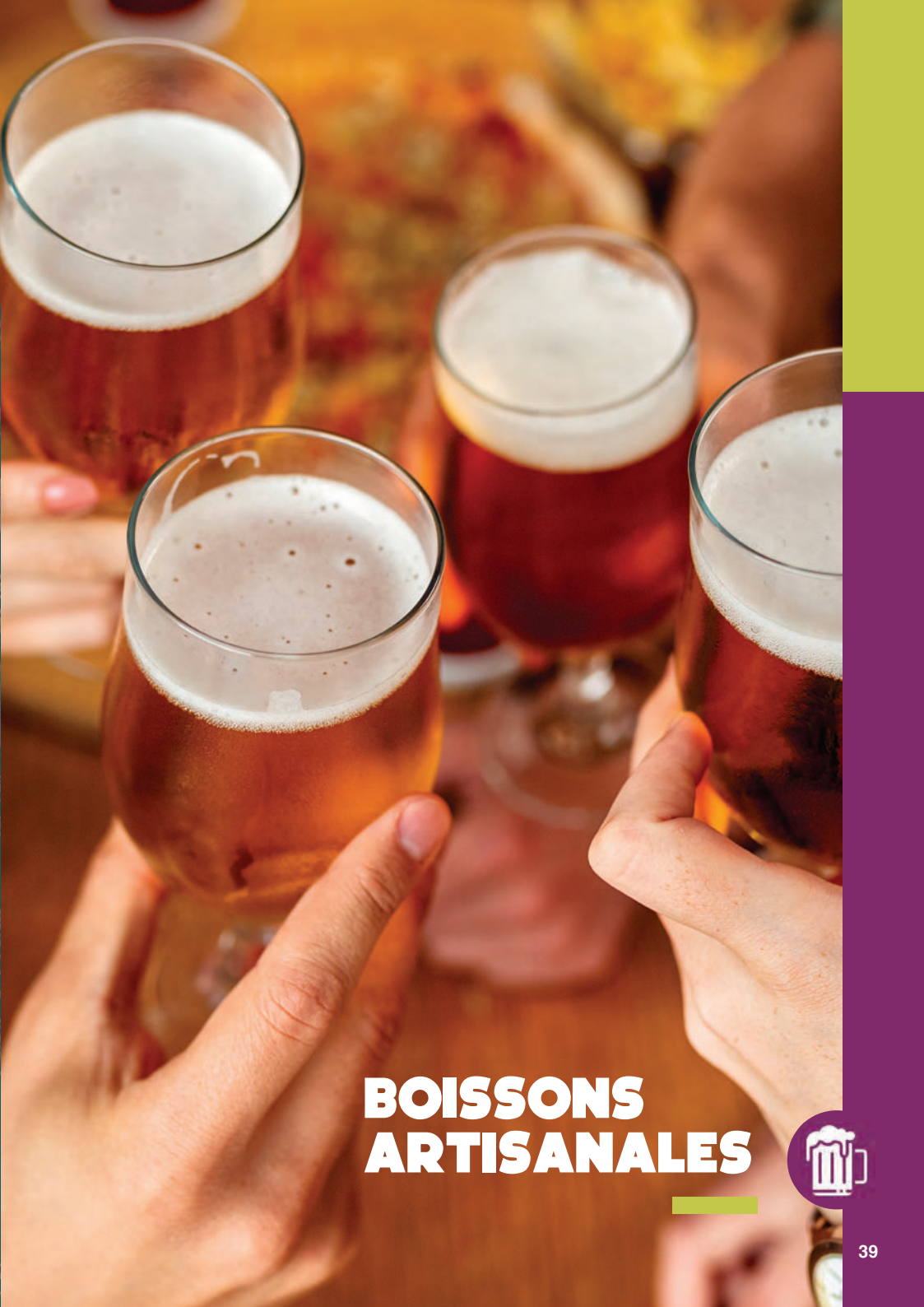
> Dans une casserole faire revenir l'oignon et l'ail hachés jusqu'à obtenir une légère coloration. Ajouter les tomates concassées, mouiller avec le vin blanc et faites cuire quelques minutes en mélangeant.

> Disposer les moules à plat dans un grand faitout, les flamber avec l'alcool de votre choix. Puis verser la sauce dessus. Les moules doivent être immergées sinon rajouter un peu d'eau. Faire cuire 20 à 30 mn à feu doux en surveillant la cuisson, la sauce doit épaissir et devenir nappante.

> Préparer votre Aioli et le réserver au frais.

> Au moment de servir, retirer les moules et, hors du feu, lier la sauce en y ajoutant l'aioli. Servir ensuite les moules farcies généreusement recouvertes de sauce.

*Bon appétit !*



# **BOISSONS ARTISANALES**





# BOISSONS ARTISANALES

## LA BRASSERIE ARTISANALE DE BRESCOU

*Bières*

*Vente au caveau, boutiques  
partenaires*

Olivier DEGRYSE

bierebrescou@gmail.com

☎ 04 67 37 64 04

17 rue Pierre Paul Riquet

34300 AGDE

## LA MENTHEUSE

*Crème de menthe, citron,  
pomme*

*Vente à la boutique du lundi  
au vendredi de 9h à 12h  
et de 14h à 18h*

Lionel ALBANO

contact@lamenteuse.com

www.lamenteuse.com

☎ 04 67 98 90 89

13 rue Pierre Paul Riquet

34300 AGDE



## RHUM LA CARDINALE

*Rhum*

*Vente au dépôt (sur  
commande) 15 rue Pierre  
Paul Ricard à Agde, cavistes*

Sébastien SOUVERAIN

lsselection34@gmail.com

☎ 07 78 78 73 00

1 impasse des petits pains

34300 AGDE

## PARFUMS MARTY

*Liqueurs*

*Vente à la boutique*

Bernard MARTY

contact@parfums-marty.com

www.parfums-marty.com

☎ 04 67 77 75 94

Route de Montblanc – km 2

34630 SAINT-THIBÉRY

## PAIN LIQUIDE

*Bières*

*Vente sur commande ou sur  
place et à la boutique  
des Producteurs de Pézenas*

Marie ZERBIB

marie@painliquide.fr

www.painliquide.fr

☎ 07 49 21 32 02

6 rue Mercière

34120 PÉZENAS







## Bernard Marty

Les parfums Marty  
> Saint-Thibéry

### Plus de 260 produits 100% naturels

Depuis 40 ans, Bernard Marty dirige les parfums Marty à Saint-Thibéry. L'entreprise commercialise plus de 260 produits 100% naturels.

Tout a commencé par la création de la liqueur du Larzac à base de 19 plantes naturelles différentes et de son produit phare la liqueur des sables, un parfait équilibre entre l'écorce de mandarine et la fleur d'oranger. Dans les années 80, il poursuit le développement de son entreprise à Saint-Thibéry avec d'autres liqueurs et crèmes, des apéritifs et enfin des sirops. Bernard Marty a diversifié sa gamme de produits en proposant de l'eau de parfum. Plus de 60 différentes, pour femmes et hommes, mais également des huiles essentielles, des soins pour la peau (gels douches, soins corps et visages...), des compléments alimentaires, des parfums d'ambiances...

Au total, plus de 260 produits purs sont commercialisés en vente directe.

Les parfums Marty proposent également des visites où le public est libre de déambuler dans les pièces de son choix : distillation, macération, réfrigération et impression du flacon, visite de l'orgue du parfumeur, histoire de la fabrication du parfum depuis 8000 ans et même une salle de cinéma où est projeté un film sur l'histoire de la parfumerie.



# LES POINTS DE DISTRIBUTION



## AGDE

**BIOCOOP EPHEBIO**  
Zone commerciale  
"les portes du littoral"  
Boulevard des Volcans  
34 300 AGDE

## PÉZENAS

**NATURE ET VRAC 34**  
11 rue Aristide Rouzière  
34 120 PÉZENAS

**NOURIBIO MARKET**  
Zac Les Rodettes  
10 Rue Alfred Maurel  
34 120 PÉZENAS

**SO BIO**  
38 avenue de Verdun  
34 120 PÉZENAS



# LES MARCHÉS DE PAYS



# LES MARCHÉS DES « PRODUCTEURS DE PAYS »



Venez à la rencontre des producteurs, vignerons et artisans qui vous régaleront avec les pépites de notre beau terroir. Vous pourrez vous approvisionner ou savourer des produits locaux et de saison en direct des producteurs. Les marchés de pays sont organisés en fin de journée pendant l'été et vous proposent dans une ambiance festive et conviviale, des assiettes fermières pour découvrir le meilleur des produits locaux.



## JUILLET/AOÛT

### PÉZENAS

Les Estivales de Pézenas  
8, 15, 22 et 29 juillet  
5, 12, 19 et 26 août  
19h / Cours Jean Jaurès



### CASTELANU-DE-GUERS

19 juillet  
9 août  
18h / Terrasse du château

### FLORENSAC

14 août  
19h / Place de la République

### LÉZIGNAN-LA-CÈBE

Fête de l'oignon doux  
6 juillet  
17h30 / Esplanade

### MONTAGNAC

16, 23 et 30 juillet  
6 août  
19h / Esplanade

### NÉZIGNAN-L'ÈVÈQUE

24 août  
19h / Autour du château

### PINET

1 et 22 juillet  
19 août  
19h / Place Pierre Thieule

### SAINT-THIBÉRY

3 et 24 juillet  
7 et 21 août  
19h30 / Place Francis  
Laurent



Plus d'infos : [www.marches-producteurs.com](http://www.marches-producteurs.com)



# CIRCUITS COURTS ALIMENTAIRES

## l'Agglo Hérault Méditerranée s'engage !

**Une alimentation de proximité et de qualité davantage en adéquation avec la demande des habitants, accessible au plus grand nombre et valorisant les productions et savoir-faire locaux : c'est possible !**

### Soutenons notre agriculture

C'est logique : pour consommer localement, il faut d'abord produire localement ! Afin de valoriser la production de circuits courts, l'Agglo Hérault Méditerranée s'est engagée dans une démarche visant à soutenir les différentes filières agricoles du territoire : viticulture, maraîchage, arboriculture, agropastoralisme, élevage, valorisation des produits de la mer.

Elle accompagne pour cela les agriculteurs dans leurs démarches : disponibilité du foncier, équipements des exploitations, aides à l'installation et à la transmission, diversification des productions agricoles...

### Goûtez aux saveurs d'ici

Avec l'édition 2024 du guide des producteurs en circuit court, l'Agglo vous invite à rencontrer nos agriculteurs, à visiter leur exploitation et à apprécier leur produit.



### LES BONNES RAISONS DE CONSOMMER LOCAL

- 1. C'est retrouver un lien au terroir, aux saisons, aux saveurs !** C'est changer nos habitudes alimentaires en testant de nouveaux lieux d'achats, en appréciant les fruits et légumes de saison pour plus de fraîcheur et d'authenticité.
- 2. C'est soutenir l'économie du territoire !** La vente directe permet de rémunérer le producteur au juste prix de son travail.
- 3. C'est diminuer l'empreinte carbone de votre assiette !** Choisir de s'approvisionner en circuits courts et vente directe, c'est éviter de consommer des produits qui viennent de plusieurs centaines de kilomètres.



**Vous êtes agriculteur en circuit court et vous souhaitez figurer gratuitement dans ce guide ?**

**Contactez la direction de l'agriculture de l'Agglo Hérault Méditerranée : 04 11 79 02 20**

Email : [k.capus@agglohm.net](mailto:k.capus@agglohm.net)  
Place Frédéric Mistral • 34120 Pézenas



- › AGDE
- › ADISSAN
- › AUMES
- › BESSAN
- › CASTELNAU-DE-GUERS
- › CAUX
- › CAZOULS-D'HÉRAULT
- › FLORENSAC
- › LÉZIGNAN-LA-CÈBE
- › MONTAGNAC
- › NÉZIGNAN-L'ÈVÈQUE
- › NIZAS
- › PÉZENAS
- › PINET
- › POMÉROLS
- › PORTIRAGNES
- › ST-PONS-DE-MAUCHIENS
- › ST-THIBÉRY
- › TOURBES
- › VIAS



Agde  
Adissan  
Aumes  
Bessan  
Castelnau-de-Guers  
Caux  
Cazouls-d'Hérault  
Florensac  
Lézignan-la-Cèbe  
Montagnac  
Nézignan-l'Évêque  
Nizas  
Pézenas  
Pinet  
Pomérols  
Portiragnes  
St-Pons-de-Mauchiens  
St-Thibéry  
Tourbes  
Vias

Communauté d'Agglomération  
Hérault Méditerranée  
ZI Le Causse, 22 av. du 3<sup>ème</sup> Millénaire  
34 630 Saint-Thibéry  
Tél. 04 99 47 48 49

