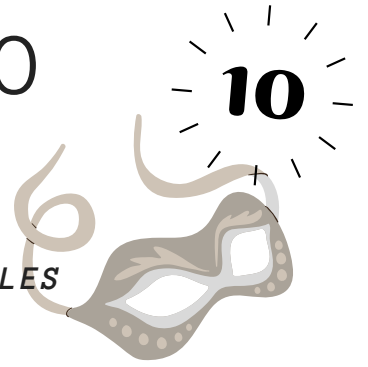




LE PETIT ÉCHO DES MASQUÉS

DES IDÉES, DES JEUX, DES ARTICLES
POUR ÉGAYER LE QUOTIDIEN.



Vendredi 12 juin 2020

ÉDITO

Chaque jour ou semaine, nous retrouvons un peu de notre liberté et quel bonheur !
Georges Moustaki puis Serge Reggiani l'ont si bien chantée:
**"Ma liberté
Longtemps je t'ai gardée
Comme une perle rare
Ma liberté
C'est toi qui m'as aidé
À larguer les amarres
On allait n'importe où
On allait jusqu'au bout
Des chemins de fortune
On cueillait en rêvant
Une rose des vents
Sur un rayon de lune"...**

Corinne



Comité de rédaction

- Juliette Berroteran, 06 71 47 37 84
juliette.berroteran@gmail.com
- Yvette Boquet, 07 87 42 22 94
ylo1@orange.fr
- Myrienne Desrousseaux, 06 81 49 13 11
myriannedesrousseaux@gmail.com
- Corinne Détroyat, 06 79 61 04 95
corinne.detroyat84@gmail.com

LA MAIN VERTE

Raisonnez les binages ! Ce que vous supprimez peut-être délicieux, beaucoup d'herbes sont comestibles.
Relevez le goût de vos salades composées avec de jeunes pousses de pourpier, d'amaranthe, des feuilles de cardamine au délicieux goût de cresson, des feuilles de pâquerettes au goût légèrement aromatique et un peu âcre, de jeunes feuilles de bourse-à-Pasteur au goût de radis, des feuilles de mouron des oiseaux, de jeunes feuilles de chénopode blanc.
Décorer vos salades avec des boutons floraux de pâquerette, des fleurs de bourse-à-Pasteur, d'ortie ou de mouron des oiseaux, des capucines, des bourraches, des soucis...

Roland



NOUVELLES DU FOYER RURAL DE SAIGNON

avant,
il y avait après,
maintenant
il y a peut être...



Pierre Jaccoud lelapinphilosophe.com



- « Parlons français » pour les étrangers, de retour aussi, mercredi ou jeudi à 17 heures, en extérieur. Salima Benamor nous précise bientôt le lieu à Saignon.
- « Parlons italien », de retour aussi, prochain cours chez Christine Anselme (06.07.38.42.26), lundi 23 juin, à 18 heures.
- « Langue et Tradition russe », Danielle Pitiot (04.90.75.42.95) reprend les cours chez elle à Apt, le mercredi, 16h30 - 18h.
- « Parlons anglais » bientôt de retour, avec Kim Burt (06.74.30.58.68), chez elle.



Chaque semaine, nous présenterons l'un des talents d'artistes ou artisans de Saignon

« Le Bois, dans tous ses états... », visite de l'Atelier du Sculpteur Bruno Julhiet (sur rendez-vous 06 08 42 46 39). Il prolonge la vie des arbres, leur donne des formes abstraites ou renvoient à des êtres vivants. Par un usage habile de la courbe et du polissage, les différentes essences trouvent une nouvelle harmonie.



www.brunojulhiet.com

Corinne



LIRE, LIRE !

Jusqu'au 05 juillet, la médiathèque est ouverte :
lundi 10h-12h // 14h-18h et jeudi 10h-12h // 14h-17h,
en la présence d'Audrey, uniquement prêt et retour de documents.

Au Lavoir, le **Pass'Livres** s'est enrichi de vos rangements pendant le confinement, venez jeter un coup d'œil !



IDÉES RECETTES

Cake pesto et fêta

180 g farine, ½ sachet de levure, 1 petite aubergine, 3 c s de pesto, 3 œufs, 100 g feta, 10 cl lait, 1 c s huile olive, sel, poivre

Coupez l'aubergine en dés, faites-les revenir 10 mn dans une poêle chaude huilée en mélangeant souvent. Dans un saladier, mélangez la farine et la levure, faites un puits au centre, y incorporez les œufs entiers, le lait et le pesto. Mélangez bien pour une texture homogène. Incorporez la feta coupée en dés et les dés d'aubergine, salez et poivrez. Versez la préparation dans un moule à cake en silicone ou autre moule huilé. Enfourez (180° th 6) 40 à 45 minutes. Servez tiède ou froid. Idéal pour un pic nic.

Myrienne



Toujours des cerises??? Crumble!!!

600 g cerises, 50 g sucre roux, 100 g farine, 80 g beurre, 30 g poudre d'amandes, 10 g d'amandes effilées

Dans un saladier, mélangez la farine avec le sucre et la poudre d'amandes. Ajoutez le beurre coupé en morceaux, mélangez et pétrissez jusqu'à obtenir des miettes. Mettez au frais 30 mn.

Coupez les cerises en deux et dénoyautez-les.

Couvrez de la pâte à crumble, saupoudrez d'une cuillère à soupe de sucre roux et d'amandes effilées. Enfourez 20 minutes au four à 180°C (th 6). Dégustez tiède ou froid.

Myrienne

Devinette pour les Amoureux de Bacchus

En attendant la prochaine session d'Œnologie...

1. Je suis venue de Perse en France, avec les croisés entre 1095 et 1291. On me dit puissante ou élégante.
2. Je confère aux vins une robe cerise noire reflet violette. Je vais développer des arômes de fruits rouges, cassis, cerise, myrtille et violette.
3. En 1998, des tests ont prouvé mon origine entre un croisement naturel entre deux cépages de nos montagnes françaises (la Mondeuse Blanche de Savoie et Dureza d'Ardèche).
4. Je suis l'ambassadrice d'une vallée agitée par les grondements du fleuve le plus puissant de France et d'un vent réputé pour rendre les chiens fous (vallée du Rhône).

Qui suis-je ?

Geneviève



LE « PETIT BONHEUR DU JOUR »
*Etre à nouveau réunis
entre grands-parents et
petits-enfants.*



MYRIANNE

RESTONS EN CONTACT !

Pour la prochaine parution du Petit Echo des masqués, n'hésitez pas à nous envoyer vos idées, suggestions, propositions de jeu collectif ou autre à l'adresse suivante: foyer.rural.saignon@gmail.com