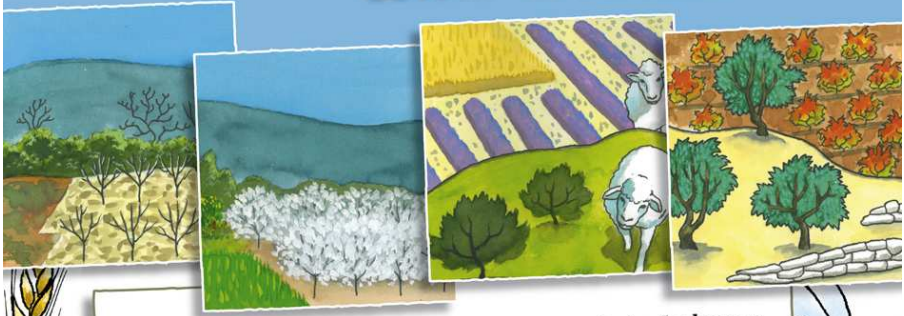




PAYS DE VAUCLUSE ALPES DE PROVENCE

Nos paysages agricoles aux 4 saisons



Les paysages de la Haute-Provence et du Luberon, sont le résultat de l'étroite relation entre les paysans et leurs terres.

En ces pays de Provence et de moyenne montagne, la mosaïque paysagère reflète la variété des productions et l'obstination des paysans à braver les contraintes géographiques et météorologiques.

L'enjeu de ce programme est de faire connaître aux habitants du territoire, les productions agricoles aux quatre saisons à travers nos paysages. Il s'agit de faire vivre ces paysages, les observer et les comprendre, afin de favoriser la consommation des produits locaux dans une optique de développement durable.

Cette démarche a pour objectif de favoriser le maintien de la diversité de nos paysages agricoles, leur biodiversité, l'économie locale, l'environnement et l'échange entre les producteurs et les habitants.

Consommer localement des produits de saison, c'est entretenir la beauté de nos paysages !

Pour la réalisation de ce projet le CPIE des Pays de Vaucluse / Centre Méditerranéen de L'Environnement et le CPIE Alpes de Provence ont élaboré différents outils de communication.

Avec le soutien financier de :



Les partenaires :





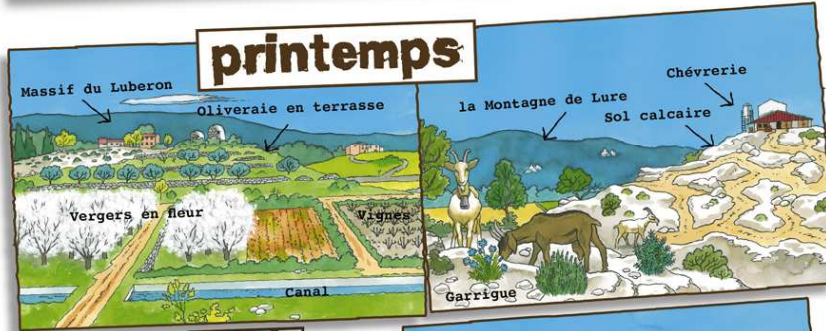
PAYS DE VAUCLUSE ALPES DE PROVENCE

Pays du Luberon et de Haute-Provence

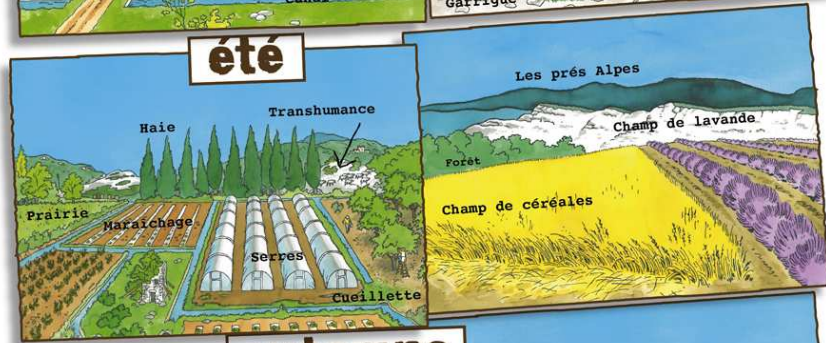
Dans ce panneau, nous vous invitons à découvrir, à observer, à lire et interpréter ces paysages et leurs productions aux quatre saisons.

Les paysages du Luberon et de Haute-Provence se présentent à notre regard. Composés à la fois d'éléments naturels et façonnés par les usages des hommes, leur lecture et leur analyse nous permettent d'en comprendre l'organisation, les interactions et l'histoire.

printemps



été



automne



hiver



Avec le soutien financier de :



Les partenaires :





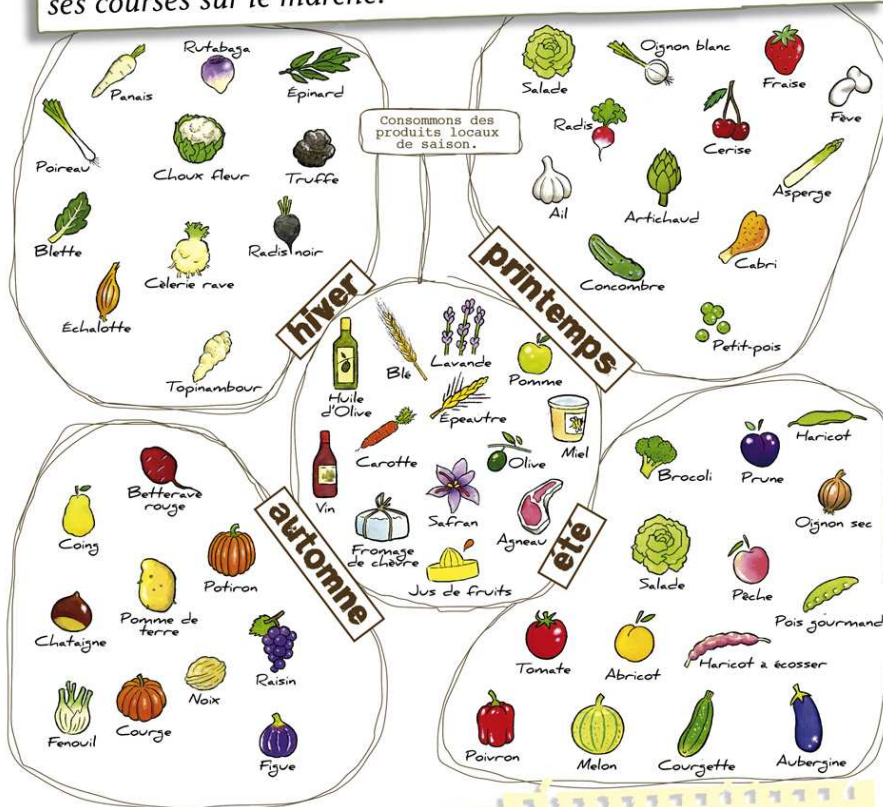
PAYS DE VAUCLUSE ALPES DE PROVENCE

Saisonnalité et productions locales

- Pour maintenir la diversité de nos paysages agricoles et de leur biodiversité,
- Pour maintenir l'économie locale,
- Pour créer des liens sociaux entre le producteur et le consommateur,
- Pour limiter les pollutions (pollutions de l'air, gaz à effet de serre) et la consommation d'énergie,
- Pour des produits moins chers.

Alimentons-nous d'une façon plus durable !

- En consommant des produits locaux et régionaux le plus souvent possible,
- En consommant des légumes et des fruits de saison de préférence,
- En privilégiant les circuits courts, comme par exemple la vente directe à la ferme ou en magasin de producteurs,
- En limitant les emballages et en privilégiant le vrac en faisant ses courses sur le marché.



IDÉE DE RECETTE :

Salade de Petit Epeautre

Préparation : 20 min
Cuisson : 35 min
Ingrédients : petit épeautre (50 à 60 g/ personne), poivrons rouges et verts, oignons, tomates, concombres, ail, oeufs durs, olives, huile d'olive, fromage de chèvre, basilic, sel, poivre

Rincez le petit épeautre et le cuire dans 4 fois son volume d'eau bouillante salée et poivrée pendant 35 minutes puis égouttez. Ajoutez à votre convenance les légumes et les autres aliments, le tout coupé en petits morceaux. Assaisonnez avec une vinaigrette.

Source : le petit épeautre de Hautes-Provence - <http://www.petitepeautre.com/recettes.html>

IDÉE DE RECETTE :

Sauté d'agneau au safran

Pour 4 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 1h40
Ingrédients : 800gr. d'épaule d'Agneau désossée et coupée en morceaux - Safran en poudre : 1 dosette - Safran en filament : une dosette
4 Oignons - 4 gousses d'Ail - 3 tomates - Concentré de Tomate - Huile d'Olive - Thym - Laurier - Sel - Poivre.

Mélangez le concentré de tomate avec le safran.
Pelez et émincez l'ail et les oignons.
Pelez, épépinez et concassez les tomates.
Faites revenir les oignons et les morceaux de viande dans une cocotte avec de l'huile d'olive pour obtenir une belle couleur dorée, ajoutez alors les tomates, le concentré de tomate, l'ail, le thym et le laurier.
Salez, poivrez, recouvrez juste d'eau, bien mélanger !
Enfin couvrez et laissez cuire à feu doux pendant 1h30.
Servez chaud avec des pâtes fraîches ou du petit épeautre.

Avec le soutien financier de :



Les partenaires :

