

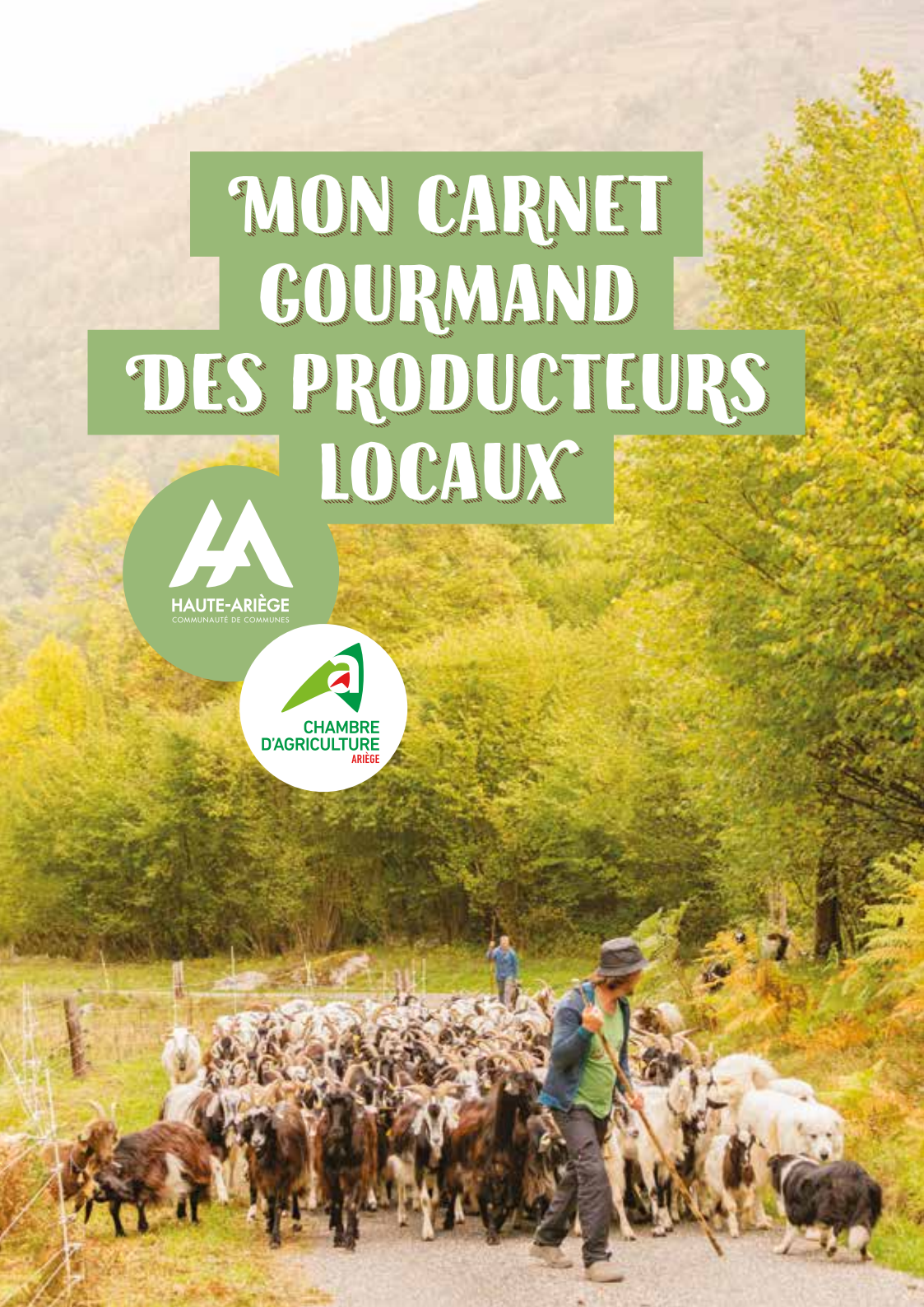
# MON CARNET GOURMAND DES PRODUCTEURS LOCAUX



HAUTE-ARIÈGE  
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES



CHAMBRE  
D'AGRICULTURE  
ARIÈGE



# ÉDITO

**Depuis le début d'année 2020, la Communauté de Communes de la Haute-Ariège et la Chambre d'Agriculture de l'Ariège conduisent une animation territoriale visant le maintien et le développement d'une agriculture répondant au mieux aux besoins du territoire.**

Cette animation traduit une vraie reconnaissance du rôle essentiel que jouent les activités agricoles du territoire dans le domaine économique de l'aménagement et de la valorisation de l'espace.

Bâtie à partir des besoins d'accompagnement exprimés et concertés en 2019 avec notamment un groupe de représentants des agriculteurs de la Haute-Ariège, cette animation a été déclinée en plan d'actions d'accompagnement en matière agricole, en coopération étroite avec les intervenants spécialisés (chambre consulaire, fédération pastorale, etc.) sans empiéter sur les prérogatives et les domaines d'intervention de ces organismes.

4 actions ont ainsi été conduites :

- Aides PAC et Installation - Inventaire des aides mobilisables.
- Foncier, dynamique d'installation/transmission.
- Approvisionnement de la restauration collective
- Valorisation des productions locales

Au titre des actions entreprises, nous avons le plaisir de vous présenter ce carnet gourmand des producteurs locaux qui inventorie les agricultrices et agriculteurs de la Haute-Ariège engagés dans la vente directe de leur production à la ferme.

Élaboré en collaboration avec celles et ceux qui ont souhaité y figurer, ce carnet, sans être exhaustif, est amené à évoluer et à s'enrichir. Une version numérique sera disponible.

Il s'adresse à vous, habitants, visiteurs occasionnels et touristes de la Haute-Ariège. Il est à glisser dans votre sac, à conserver chez vous, à partager avec vos

amis et vos proches, comme un registre de bonnes adresses pour consommer mieux et localement.

Vous y découvrirez les femmes et les hommes qui façonnent nos paysages, rythment la vie de nos vallées et de nos montagnes, leur savoir-faire, et leurs productions locales. Ils participent grandement à la construction de l'identité et de la singularité de la Haute-Ariège.

Spécificité marquante de notre territoire, le pastoralisme collectif est une pratique séculaire. La transhumance, reconnue comme patrimoine culturel immatériel, maintient l'ouverture des paysages, elle lutte contre l'enfrichement et les risques d'incendies. Les estives représentent 62% du territoire et sont gérées par 40 groupements pastoraux. C'est donc une agriculture de montagne dynamique que la Communauté de Communes et la Chambre d'Agriculture souhaitent soutenir et valoriser à travers ce carnet gourmand.

Acheter et consommer local, c'est soutenir notre agriculture et participer directement à la diversification économique nécessaire aux exploitations, c'est également s'engager dans le champ vertueux d'une économie circulaire en étant acteur de la transition de notre territoire.

Reprenre les livres de cuisine, redécouvrir le plaisir de cuisiner, c'est l'invitation qui vous est proposée à l'appui de quelques recettes inspirées par nos producteurs locaux et que vous trouverez dans ce carnet gourmand.

Nous vous souhaitons une agréable lecture et une savoureuse découverte des productions locales de la Haute-Ariège.

ALAIN NAUDY,  
PRÉSIDENT DE LA COMMUNAUTÉ DE  
COMMUNES DE LA HAUTE-ARIÈGE

PHILIPPE LACUBE,  
PRÉSIDENT DE LA CHAMBRE  
D'AGRICULTURE DE L'ARIÈGE



ALAIN NAUDY



PHILIPPE LACUBE



# SOMMAIRE

<b>L'INTÉRÊT DE CONSOMMER EN CIRCUIT COURT</b>	<b>6</b>
<b>COMPOSTER, C'EST VALORISER</b>	<b>8</b>
<b>CARTES DES PRODUCTEURS</b>	<b>11</b>
<b>SECTEUR HAUT VICDESSOS</b>	<b>13</b>
<b>SECTEUR VALLÉES D'AX</b>	<b>19</b>
<b>SECTEUR DONEZAN</b>	<b>33</b>
<b>LES PRODUITS INSOLITES</b>	<b>39</b>
<b>LES MARCHÉS</b>	<b>47</b>
<b>LES ÉVÉNEMENTS</b>	<b>48</b>
<b>LE CALENDRIER DES FRUITS ET LÉGUMES DE SAISON</b>	<b>49</b>
<b>UN AGROPASTORALISME SÉCULAIRE</b>	<b>50</b>
<b>LES LABELS ET LES MARQUES</b>	<b>51</b>
<b>AU PAYS DES BERGERS</b>	<b>52</b>
<b>À LA DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE</b>	<b>56</b>
<b>ET DE NOS SENTIERS DE RANDONNÉE</b>	<b>57</b>
<b>LE PROJET ALIMENTAIRE DE TERRITOIRE</b>	<b>58</b>

# L'INTÉRÊT DE CONSOMMER EN CIRCUIT COURT

LE CIRCUIT COURT DÉSIGNE UN MODE DE CONSOMMATION DES PRODUITS AGRICOLES QUI S'EXERCE SOIT PAR LA VENTE DIRECTE DU PRODUCTEUR AU CONSOMMATEUR, SOIT PAR LA VENTE INDIRECTE. CE MODE DE CONSOMMATION ENGENDRE DES INTÉRÊTS DURABLES

## LA TRAÇABILITÉ ET L'ASSURANCE DE LA QUALITÉ DES PRODUITS

Le consommateur a la possibilité d'avoir davantage de visibilité sur la provenance du produit consommé. Il sait également où il peut acheter ses produits et dans quelles conditions ils sont cultivés.

## LE MEILLEUR TRAITEMENT DES PRODUCTEURS

Consommer en circuit court procure un avantage au niveau de la rémunération des producteurs. Il y a moins d'intermédiaires et donc une rémunération plus juste pour le producteur.

## LES PROFITS POUR L'ÉCONOMIE LOCALE

En circuit court, le producteur n'est pas soumis aux fluctuations et crises du marché et peut vendre ses produits au prix juste. Alors, en plus de pouvoir profiter d'une rémunération intéressante, il peut créer plus de valeur ajoutée en transformant ses matières premières.

## POUR LA SANTÉ

C'est consommer des produits frais et de saison, récoltés à maturité sans passer par la chaîne du froid donc riches en vitamines

## POUR LE TERRITOIRE

C'est soutenir l'économie locale, favoriser l'installation de nouvelles fermes, consolider celles qui existent et leurs emplois.

## POUR L'ÉDUCATION

C'est sensibiliser notamment les plus jeunes au lien qui existe entre le champ et l'assiette, entre le territoire et l'agriculture. Mais c'est également promouvoir des produits du terroir et des variétés anciennes.

## LE RENFORCEMENT DES LIENS ENTRE PRODUCTEURS ET CONSOMMATEURS

La vente en direct permet au consommateur de prendre la mesure des métiers de l'agriculture et de ses contraintes comme de ses plaisirs.

## LA RÉDUCTION DE L'IMPACT ENVIRONNEMENTAL

C'est moins de kilomètres parcourus. C'est moins de gaspillage car les produits à maturité passent du champ à l'assiette. Ainsi le circuit court favorise une agriculture à taille humaine, respectueuse de l'environnement, les produits locaux et de saison.







# COMPOSTER, C'EST VALORISER



D'ici décembre 2023, l'obligation de tri à la source des biodéchets s'impose à tous les producteurs ou détenteurs de biodéchets, collectivités territoriales comprises. C'est dans ce contexte que la CCHA s'engage à **déployer des solutions de traitement des biodéchets** pour tous, grâce à la **mise en place de composteurs de proximité** et à la vente de composteurs individuels pour ceux qui ont un jardin.

En Haute Ariège,  
nous jetons en moyenne

**345 kg**

de déchets/an/personne,  
dont 1/3 de déchets  
biodégradables  
qui pourraient être  
valorisés en fertilisant  
de qualité pour  
nos plantations !

## QUI EST CONCERNÉ ?

Les habitants, les vacanciers qui viennent séjourner dans les gîtes ou en camping, les restaurants collectifs et privés, les établissements scolaires et de santé...

Durant les 3 ans à venir, la CCHA a pour objectif de créer environ 100 sites de compostage sur l'ensemble du territoire et de collecter environ 330 tonnes de biodéchets par an. Selon un calcul estimatif, **une économie de 50 600 € pourrait être réalisée grâce aux biodéchets compostés** et ainsi détournés du traitement des ordures ménagères. Le compost obtenu est un fertilisant de qualité pour enrichir les sols, il sera disponible pour les habitants et les communes.

## DES APÉRO-COMPOST À ORLU

À Orlu, les habitants déposent quotidiennement leurs biodéchets dans le composteur de proximité du village. Le bac d'apport est bien rempli, la commune procède à un retournement pour « booster » la décomposition des aliments. C'est l'occasion d'organiser un apéro-compost avec tous les participants et les vacanciers de passage. Cet événement contribue à créer un moment de convivialité et d'échange sur les pratiques du compostage. Le guide composteur répond aux questions et fait adhérer de nouvelles personnes intéressées. Les enfants observent attentivement les petites bêtes qui grouillent dans le compost, c'est le signe que tout fonctionne parfaitement !

**Vous souhaitez créer un site de compostage de proximité dans votre commune ? ou dans une résidence privée ? Vous souhaitez acheter un composteur individuel ? Vous habitez dans un appartement ? Plusieurs solutions existent pour composter vos biodéchets !**

## DEVENEZ RÉFÉRENTS DE SITE

Nous recherchons des citoyens bénévoles pour devenir référents de site de compostage partagé. Les référents jouent le rôle de relais d'information et aident à impliquer de nouvelles personnes dans l'utilisation des composteurs. Vous serez formé par la collectivité à la gestion et au suivi de site de compostage partagé.

La CCHA propose des composteurs à vendre (8€) pour les particuliers.

## CONTACT POUR + D'INFOS

Communauté de communes de la Haute Ariège  
Animatrice prévention et tri des déchets, guide composteur  
reduisonsnosdechets@cc-hauteariego.fr  
06 77 53 27 50



# LA CARTE

- |                              |                      |                   |                        |
|------------------------------|----------------------|-------------------|------------------------|
| boeuf veau                   | légumes              | bières            | farine                 |
| porcs (frais et charcuterie) | fruits               | fromages          | lamas et alpagas       |
| agneau                       | jus de fruits sirops | produits laitiers | laine vierge           |
| chèvre                       | coulis et sorbets    | pain              | safran                 |
| âne                          | conserves confitures | gâteaux secs      | savon                  |
| pisciculture truite          | apiculture           | morilles          | vêtements laine mohair |
| volaille                     | canard               |                   |                        |



LES INSOLITES

HAUT VICDESSOS

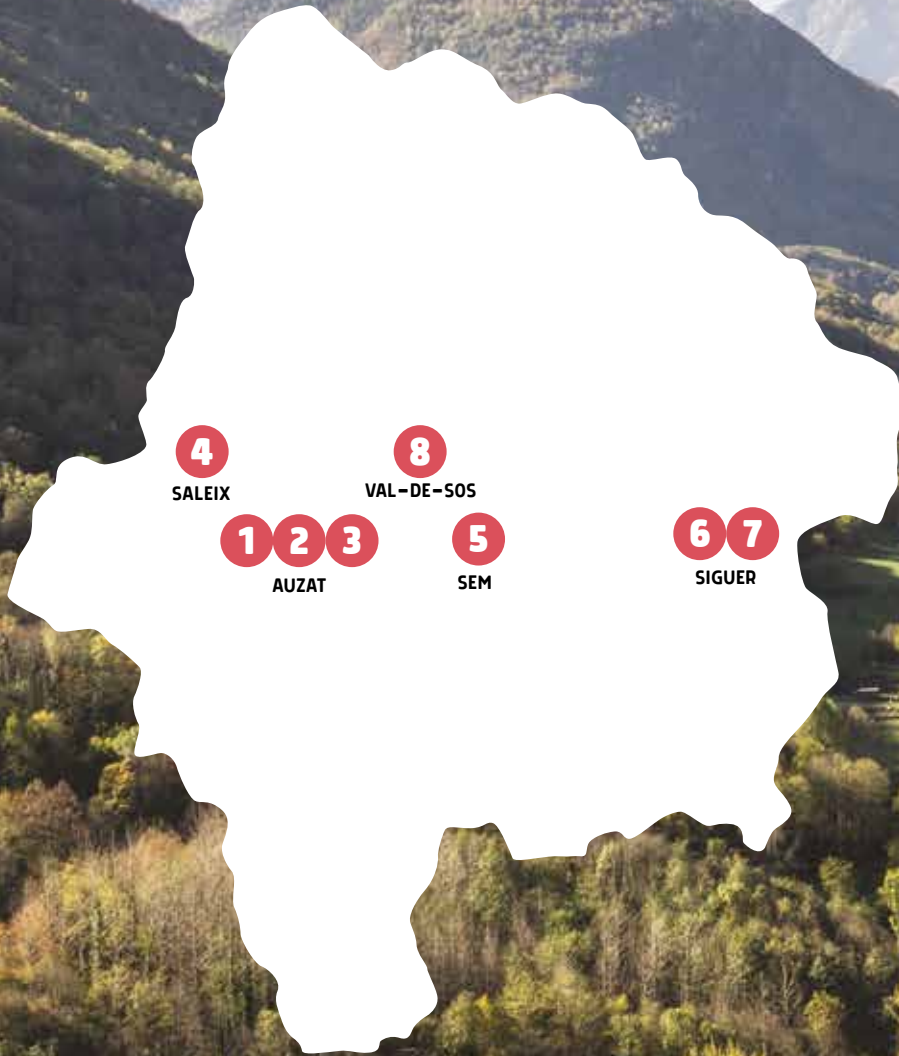
VALLÉES D'AX

DONEZAN



SECTEUR

# HAUT VICDESSOS



- |          |                              |            |
|----------|------------------------------|------------|
| <b>1</b> | <b>La Ferme du Far</b>       | AUZAT      |
| <b>2</b> | <b>Le Rucher du Montcalm</b> | AUZAT      |
| <b>3</b> | <b>GAEC de Gouget</b>        | AUZAT      |
| <b>4</b> | <b>Le Rucher de Saleix</b>   | SALEIX     |
| <b>5</b> | <b>GAEC des Rapailles</b>    | SEM        |
| <b>6</b> | <b>Le Rucher du Saule</b>    | SIGUER     |
| <b>7</b> | <b>Miguel BARBOSA</b>        | SIGUER     |
| <b>8</b> | <b>La Ferme du Minier</b>    | VAL-DE-SOS |

**4**  
SALEIX

**8**  
VAL-DE-SOS

**1 2 3**  
AUZAT

**5**  
SEM

**6 7**  
SIGUER





1

### La Ferme du Far Marijke et Romain VICENTE



2

### Le Rucher du Montcalm Sylvie HUMBERT



Départ en transhumance

3

### GAEC de Gauquet Édith DENJEAN et Jonathan LESTEL



4

### Le Rucher de Saleix Didier DUFFAUT

#### EXPLOITATION

11 rue des Isards  
09220 AUZAT  
bonjour@fermedufar.fr  
06 73 45 15 49  
📍 fermedufar



#### EXPLOITATION

Village de Marc  
09220 AUZAT  
06 14 83 48 84 - 05 61 64 83 86  
Info@rucherdumontcalm.com  
www.rucherdumontcalm.com



#### EXPLOITATION

Cybelle  
09220 AUZAT  
06 81 54 53 74  
edithetjo@gmail.com



#### EXPLOITATION

09220 SALEIX  
06 32 28 88 98  
didierduffaut@orange.fr

#### POINTS DE VENTE

Les collis sont prêts à des dates prédéfinies, et à récupérer directement sur l'exploitation ou livrés à domicile selon secteur.

Petit élevage de montagne de vaches Highland Cattle, race de bovins originaire d'Écosse, rustique et attachante.

Notre pari: réouvrir des pâtures grâce à leur aisance en éco-pâturage et vous faire profiter d'une viande de bœuf de grande qualité. Viande maturée, goûteuse et persillée, maigre et pauvre en cholestérol.

#### POINTS DE VENTE

Vente à l'exploitation.  
Vente au magasin 44 Grande Rue - VAL-DE-SOS.

Nos miels sont 100% issus de fleurs sauvages de nos montagnes ariégeoises à des altitudes comprises entre 600 et 2100 mètres.

Dame Nature orchestre nos récoltes et nos variétés de miels et nous offre chaque année, de nouvelles palettes gustatives maintes fois médaillées lors de divers concours.

Nougat noir, pain d'épices, croquants au miel, Chocamiel sont autant de douceurs miellées qui séduiront les plus épicuriens d'entre vous!

#### POINTS DE VENTE

Vente à la ferme (Contact de préférence par SMS).

Petite exploitation familiale de brebis tarasconnaises située à 1200 m d'altitude. Éleveurs transhumants.

Vente directe d'agneau et de merguez/saucisses de brebis, sur commande.



#### POINTS DE VENTE

Boutique dans le village ouverte pendant les vacances scolaires et sur rendez-vous hors saison.

Nous vendons notre production, miels de montagne, savon, vinaigre, pain d'épices, sablés au miel, teinture de propolis dans notre boutique située dans le village de Saleix au-dessus d'Auzat. Nous organisons des visites de rucher gratuites, les clients équipés de protection peuvent découvrir l'intérieur de la ruche, observer la reine, le couvain.





5



### GAEC des Rapailles Amandine MAZE-DIT-MIEUSEMENT et Didier HAZARD



#### EXPLOITATION

Le Dolmen  
09220 SEM  
07 49 18 20 46  
gaecdesrapailles09@gmail.com  
f gaecdesrapailles09

#### POINTS DE VENTE

Livraisons sur commande  
(en fonction des commandes).

Notre petite exploitation familiale est nichée dans le joli petit village de Sem. Nous y produisons des œufs, des volailles (poulets, chapons, pintades), de l'agneau et différents produits transformés à base de viande ovine (merguez, chipolatas, plats cuisinés, etc.).



6

### Le Rucher du Saule Magay DE GARABY et Benjamin BAUDON



#### EXPLOITATION

Seuillac  
09220 SIGUER  
06 26 34 26 35  
lerucherdusaule@gmail.com  
www.rucherdusaule.fr

#### POINTS DE VENTE

Pas de vente à la ferme.  
Points de vente partenaires, horaires d'ouverture d'été ou foires occasionnelles mentionnés sur le site Internet.

Apicultrice par passion depuis 2007. Les 200 ruches sont disposées dans la vallée du Vic-de-Sos. La gamme des miels est faite dans un rayon de 50 km autour de la miellerie située à Siguer dans le Parc Naturel Régional des Pyrénées Ariégeoises et offre une grande variété de miels.  
Nous proposons aussi pollen, propolis, cire d'abeille et essaims.



7

### Miguel BARBOSA



#### EXPLOITATION

Hameau de centraux  
09220 SIGUER  
06 75 78 94 11  
barbosamiguel@orange.fr

#### POINTS DE VENTE

Vente à la ferme.

Mon exploitation se situe en zone de haute montagne à 1 000 m d'altitude. Les valeurs prônées sont celles d'un pastoralisme visant au respect de l'environnement, de la biodiversité et du bien-être animal. Le système d'élevage privilégie pour les animaux une alimentation naturelle sans OGM, sans farine animale, sans hormones et sans aliments médicamenteux. Les soins vétérinaires se basent sur les médecines douces. Le transport et l'abattage sont effectués dans des conditions visant à réduire le stress des animaux. L'abattage se fait dans un abattoir agréé.



8

Venez découvrir nos canards gras avec un gavage traditionnel.

### La Ferme du Minier Stéphane Marcolin



#### EXPLOITATION

Le Minier Sem  
09220 VAL-DE-SOS  
05 61 03 84 15 - 06 83 85 86 66  
stephane.marcolin@orange.fr  
f fermeduminier

#### POINTS DE VENTE

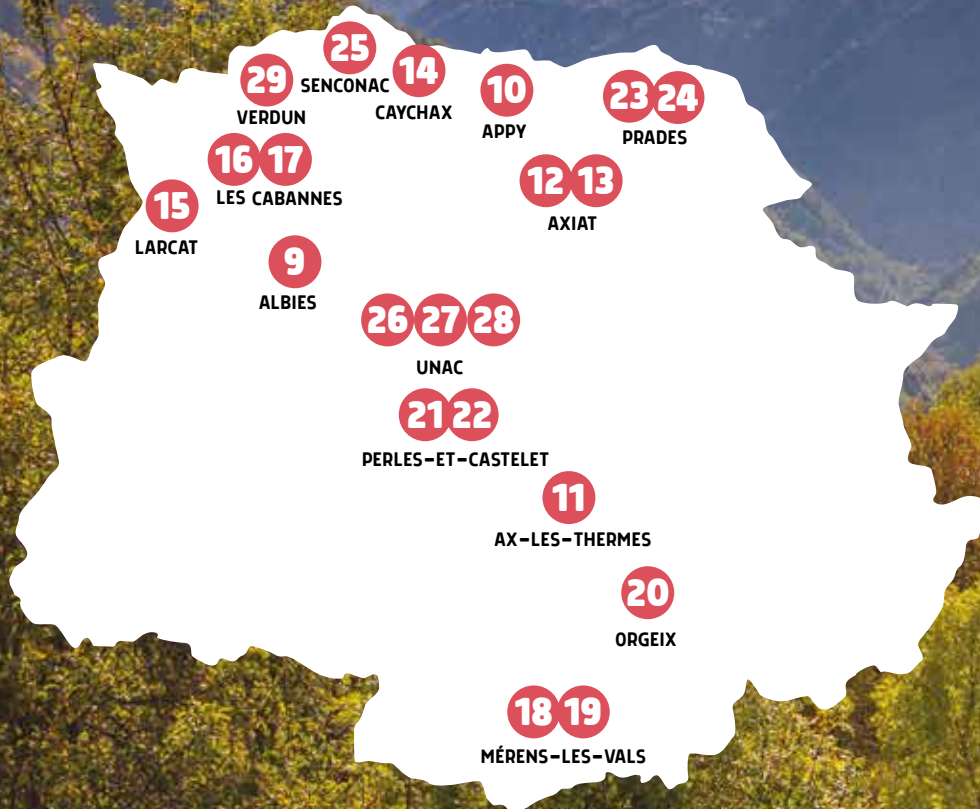
Vente à la ferme et marchés de plein vent.

C'est à Sem, dans un cadre naturel, que j'éleve mes volailles et brebis, dans des prairies enherbées et fleuries pour assurer la meilleure des qualités. Le gavage des canards est traditionnel et sur paillage. Vous pourrez découvrir sur nos points de vente, nos transformations, viandes, foies gras et plats cuisinés.



SECTEUR

# VALLÉES D'AX



9	Le Buc de Ribellos	ALBIES
10	GAEC de la Ferme du Saladou	APPY
11	GAEC de Petches	AX-LES-THERMES
12	Sébastien GUÉNEC	AXIAT
13	GAEC de Sédars	AXIAT
14	Les Jardins de la Fount	CAYCHAX
15	GAEC de Coume du jour	LARCAT
16	GAEC de Quiés	LES CABANNES
17	SCEA Les Chutes d'Aston	LES CABANNES
18	GAEC de Mérens	MÉRENS-LES-VALS
19	GAEC des Bordes d'en Bas	MÉRENS-LES-VALS
20	La Ferme du Crabé	ORGEIX
21	Élise MARCIEL et Maxime MIQUEL	PERLES-ET-CASTELET
22	Jean-Michel PIGOT	PERLES-ET-CASTELET
23	GAEC Henrich	PRADES
24	GAEC du Pays d'Aillou	PRADES
25	Thomas CROSON	SENCONAC
26	GAEC de la Roche Blanche	UNAC
27	GAEC La Ferme aux ânes	UNAC
28	GAEC Saint-Hérac	UNAC
29	GAEC de La Vallée de Beille	VERDUN





9

**Le Buc de Ribellos**  
**René PONCY**



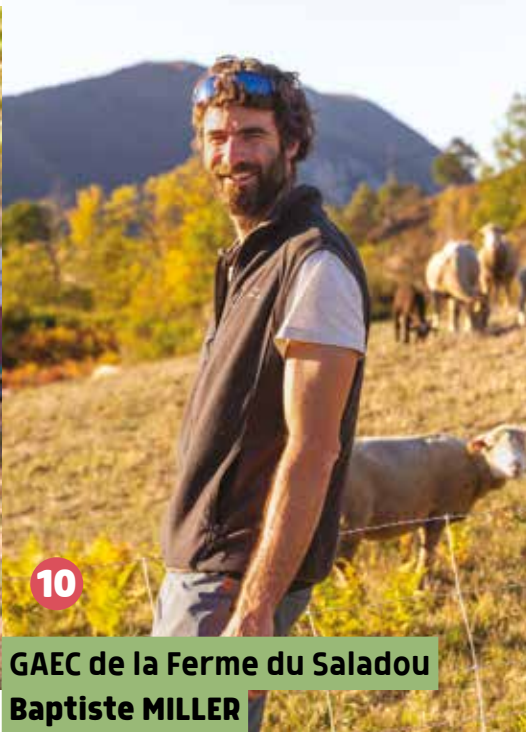
**EXPLOITATION**

12 route nationale  
09310 ALBIES  
06 73 63 32 09  
rponcy.lcdc@laposte.net

**POINTS DE VENTE**

Sur rendez-vous et livraison sur demande.

*Avec une vingtaine de ruches implantées sur la commune d'Albiès, nous nous efforçons d'obtenir un miel de montagne de qualité en privilégiant la santé des abeilles, souvent au détriment de la quantité. Notre production de miel n'étant pas suffisante pour nous permettre d'ouvrir un point de vente permanent, vous pouvez nous trouver sur quelques marchés et foires ou nous contacter directement.*



10

**GAEC de la Ferme du Saladou**  
**Baptiste MILLER**



**EXPLOITATION**

Le Village  
09250 APPY  
06 43 88 84 59  
lafermedusaladou09@gmail.com

**POINTS DE VENTE**

Merceria « un instant chez moi » à Tarascon-sur-Ariège et boutique « Pyrénées fil et laine » à Saint-Girons. Expédition et livraison sur commande. Colls de viande. Livraison sur commande. Ariège, Toulouse, Bordeaux.

*Élevage de brebis mérinos transhumant l'été en estive. Valorisation de la laine en fil à tricoter et production de viande d'agneau.*



11

**GAEC de Petches**  
**Julien BEITOME**  
**et Manuel FRAMEN**



**EXPLOITATION**

RN 20  
09 110 AX-LES-THERMES  
07 86 13 98 66 - 06 11 76 31 75  
franck66@club-internet.fr

**POINTS DE VENTE**

Vente à la ferme.

*Exploitation de haute-montagne. Élevage extensif raisonné et transhumant.*



12

**Sébastien GUENEC**



**EXPLOITATION**

Le Clot  
09250 AXIAT  
06 82 22 34 19  
sebastienguenec@yahoo.fr

**POINTS DE VENTE**

Pas de vente à la ferme. Envoyer sms pour avoir les détails des produits, tarifs et dates de livraisons. Livraisons à domicile ou point de rdv. Viande d'agneau en colls de 4 à 18 kg.

*Avec mes 250 brebis tarasconnaises nous contribuons à valoriser les beaux versants de la Corniche et à les maintenir comme un riche potentiel agricole, pour que le goût des agneaux que nous produisons vous contente et que leur alimentation, comme la nôtre, soit la plus locale possible.*





13

**GAEC de Sédars**  
**Amélie ANGLADE**  
**et Nicolas MATHE**



**EXPLOITATION**  
Le Village  
09250 AXIAT  
06 35 29 09 41  
gaecdesedars@gmail.com  
f gaecdesedars

**POINTS DE VENTE**  
Livraison et boutique (ouverte l'été).

Élevage de 70 vaches de race gasconne depuis 2007, troupeau transhumant. Commercialisation de viande en vente directe aux particuliers et aux restaurateurs. Camping à la ferme à Lordat. Nous vendons du veau et du jeune bovin aux particuliers et restaurateurs et du bœuf à des boucheries.



14

**Les Jardins de la Fount**  
**Ludovic AVEROUS**



**EXPLOITATION**  
Le Village  
09250 CAYCHAX  
06 76 57 53 80  
jardins.fount@orange.fr

**POINTS DE VENTE**  
Vente à la ferme de préférence sur RDV.

Les Jardins de la Fount, ferme de montagne en conversion bio. Légumes d'autrefois cultivés sur sol vivant semblable à la permaculture et issus de semences reproductibles (en saison une quarantaine de variétés de tomates anciennes).



15

**GAEC de Coume du Jour**  
**Solenne LAURENT**  
**et Éric BERTHOMIEU**



**EXPLOITATION**  
Le Riou et Prat  
09310 LACART  
06 24 90 39 21 - 06 30 62 01 26  
agneaudelarcart@gmail.com

**POINTS DE VENTE**  
Vente à la ferme sur RDV, livraisons à domicile, boutiques de la vallée.  
Colls d'agneau & conserves.

Nos brebis tarasconnaises pâturent sur l'AFP de Larcart-Saint-Barthélémy d'octobre à mai et sur l'estive de Siguer La Unarde de juin à septembre.  
Pastoralisme, conduite du troupeau au maximum en plein air et entretien d'un paysage diversifié façonné par les activités humaines dont les éleveurs, bergers et paysans avant nous.



16

**GAEC de Quiés**  
**Théo BLAZY, Fabien LAPEYRE,**  
**Jason & Philippe LACUBE**



**POINTS DE VENTE**  
Restaurant boutique cave  
3 place des Platanes  
09310 LES CABANNES  
05 34 09 09 09  
boutique.lamaisonlacube@gmail.com  
f lamaisonlacube

Éleveurs de vaches gasconnes depuis 1995, puis de porcs noirs gascons, le restaurant boutique cave a été ensuite créé en 2012 afin de valoriser les produits du GAEC et de notre exceptionnel territoire.







**SCEA Les Chutes d'Aston**  
**Amandine LAFON**  
**et Morgan CATALA**



**EXPLOITATION**

Lieu-dit Saint-Martin  
09310 LES CABANNES  
05 81 29 81 68  
[www.truites-aston.fr](http://www.truites-aston.fr)  
f t truite\_aston

**POINTS DE VENTE**

Commandes sur le site Internet et par téléphone.  
**BOUTIQUE** Ouvert du lundi au vendredi  
10h > 12h30 et 15h > 18h & samedi 10h30 > 12h30  
**ÉTANG DE PÊCHE** ouverture de mars à octobre  
hors vacances scolaires :  
Mercredi 14h > 18h & Samedi 10h30 > 18h  
**Ouverture de mars à octobre vacances scolaires :**  
Mardi & Jeudi 14h > 18h  
Mercredi & vendredi 10h > 12h et 14h > 18h  
Samedi & dimanche 10h30 > 18h

La ferme aquacole « Truite de l'Aston »  
est située au cœur de la Vallée de l'Aston,  
au pied du Plateau de Beille.



**GAEC de Mérens**  
**Paul BLAZY**



**EXPLOITATION**

Camp Samtane  
09110 MÉRENS-LES-VALS  
06 46 49 48 27  
[gaecdemerens@gmail.com](mailto:gaecdemerens@gmail.com)  
[www.lafermedepaul.fr](http://www.lafermedepaul.fr)

**POINTS DE VENTE**

Sur RDV et livraison.

Nos animaux sont élevés sur la commune de  
Mérens les Vals en Haute-Ariège. Nous avons  
obtenu la certification bio. Le troupeau part en  
estive dans les montagnes de la Haute Ariège.

# TRUITES

- 2 filets de truite
- 3 pommes de terre
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- Sel
- Huile d'olive
- Basilic
- 2 c. à soupe de beurre
- 15 cl. de vin blanc
- estragon

- *Faire revenir l'oignon avec les épices et l'ail. Quand l'oignon devient translucide, le retirer du feu et réserver.*
- *Préchauffer le four à 210°C (thermostat 7).*
- *Couper les pommes de terre en tranches d'environ 1/2 centimètre et les frire légèrement.*
- *Ajouter le vin blanc et le beurre.*
- *Mettre au four à température maximum pendant une vingtaine de minutes.*







19

**GAEC des Bordes d'en Bas**  
**Amélie TÉTARD,**  
**Virginie et Jérôme VIDAL**



20

**La Ferme du Crabé**  
**Cécile et Pierre LUTTENSCHLAGER**



21

**Maxime MIQUEL**  
**et Élise MARCIEL**



22

**Jean-Michel PIGOT**

Sur des tartines ou dans vos boissons chaudes,  
sur un magret de canard ou avec de fromage  
de chèvre... le miel!



**EXPLOITATION**

Les Bordes d'en Bas  
09110 MÉRENS-LES-VALS  
05 61 01 89 36  
06 76 60 64 22  
vfoucquefpa@gmail.com  
www.lesbordesventedirecte.com

**EXPLOITATION**

Lieu-dit Crabé Lavelanet  
09110 ORGEIX  
non joignable par téléphone,  
se rendre directement à la ferme  
lafermeducrabé@orange.fr  
www.fromage-chevre-pyrenees.com

**EXPLOITATION**

7 Sourbil  
09 110 PERLES-ET-CASTELET  
06 83 82 20 74  
marciel.ellise@gmail.com

**EXPLOITATION**

10 place du Bout  
09110 PERLES-ET-CASTELET  
06 32 38 51 79  
pigot.jean-michel@orange.fr

**POINTS DE VENTE**

Vente à la ferme.

**POINTS DE VENTE**

**FERME** Vente le matin (décembre - février)  
et après 17h (mars - novembre)

**ASSOCIATIONS DE CONSOMMATEURS**

- Ax les fermes à Perles-et-Castelet
- Les Radis Masqués à Mercus

**POINTS DE VENTE**

Vente à la ferme sur RDV.

**POINTS DE VENTE**

Vente sur RDV.

Petite exploitation de montagne familiale  
de brebis tarasconnaises qui estivent durant  
tout l'été dans la Haute-Ariège.  
Nous commercialisons nos produits  
(agneaux, merguez) en vente directe.







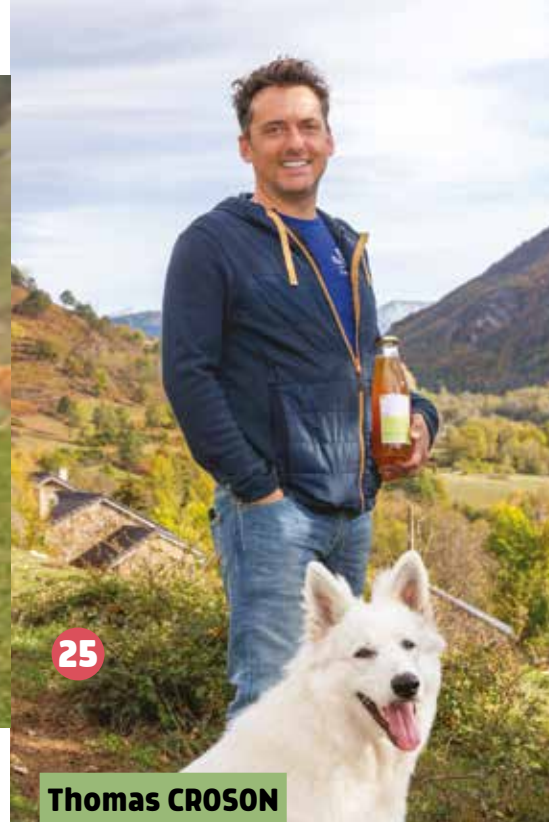
23

**GAEC Henrich**  
**Ferme de la Cabailère**  
**Pierre HENRICH**



24

**GAEC du Pays d'Aillou**  
**Luc CAZAMPOURRE**



25

**Thomas CROSON**



26

**GAEC de la Roche Blanche**  
**Jean-François ARABEYRE**



**EXPLOITATION**

Le Village - 09110 PRADES  
 06 87 73 59 37  
 viandebiopyrenees@gmail.com  
 www.viandebiopyrenees.com

**POINTS DE VENTE**

Livraison sur commande  
 (passage tous les 15 jours à 3 semaines)  
 et envoi par transport frigorifique.

*La ferme de la Cabailère perchée à 1300 m d'altitude est la plus haute de la vallée. Les vaches limousines conduites en agriculture biologique transhumant sur le plateau des Septcazes et paissent durant 5 mois ces véritables espaces naturels. Pierre installé hors cadre familial en 2000 commercialise les produits en circuit court depuis 20 ans.*



**EXPLOITATION**

Le Village  
 09110 PRADES  
 06 86 56 34 25  
 luc.cazampourre@hotmail.fr

**POINTS DE VENTE**

Sur commande et livraisons possibles  
 (points de livraison sur Toulouse, Carcassonne, Béziers et Narbonne).



**EXPLOITATION**

Avenue du Barry  
 09250 SENCONAC  
 06 62 29 72 64  
 crosonthomas09@gmail.com  
 lagranjaencantada0.wixsite.com

**POINTS DE VENTE**

Vente à la ferme ou par téléphone.  
 Livraisons possibles (selon quantité).



**EXPLOITATION**

Les Estelles  
 09250 UNAC  
 05 61 64 49 02 - 06 70 94 61 04  
 jfarabeyre@yahoo.com  
 arabeyrejeanfrancois

**POINTS DE VENTE**

Sur commande / sur RDV.

*Ex-candidat de «l'amour est dans le pré», Jean-François nous propose à la vente, ses brebis et agneaux entiers de race tarasconnaise. «Transhumance en folie» au Port de Saleix. Visite de l'exploitation possible pour groupes, individuels ou scolaires (possibilité d'assister à la tonte annuelle, courant avril).*





Des vaches, des ânes, du jus de pomme,  
bienvenue chez nous!

27

### GAEC La Ferme aux ânes Laurence ROUSSEAU, Laurence et David HUEZ

#### EXPLOITATION

5 rue du Pech  
09250 UNAC  
06 85 34 20 22  
contact@la-ferme-aux-anes.com  
www.la-ferme-aux-anes.com  
fermeauxanes



#### POINTS DE VENTE

Collis de viande - livraisons sur commande  
d'octobre à juin dans la vallée, sur Toulouse,  
Montpellier, région parisienne.  
jus de pomme - dans les boutiques de la vallée.

Élevage transhumant de belles vaches  
gasconnes et d'ânes des Pyrénées.

Toute notre production de viande bovine est  
commercialisée en vente directe auprès des  
particuliers. Colis grillades, colis à mijoter...  
Nos ânes accompagnent les randonneurs  
sur les sentiers de la Haute Ariège, pour  
une journée ou un séjour itinérant.



28

### GAEC Saint-Hérac Manu TAURIAC



#### EXPLOITATION

Route de Caussou  
09250 UNAC  
06 45 66 05 11  
gaecsalntherac@orange.fr  
fromageriesaintherac

#### POINTS DE VENTE

**BOUTIQUE À LA FERME** mardi de 17h à 19h  
et samedi de 10h à 12h

Depuis 1982, notre ferme est attachée au  
pastoralisme et à la qualité de vie des bêtes  
et des hommes. La saveur de nos agneaux,  
fromages et yaourts témoigne d'une flore  
naturellement variée de nos montagnes.



29

### GAEC de la Vallée de Beille Ferme et Camping Famille BERNADAC



#### EXPLOITATION

1 chemin d'Endoumès  
09310 VERDUN  
05 61 64 70 35 - 06 51 07 24 41  
lafermedebelle@free.fr  
campingarliegevalleedebelle

#### POINTS DE VENTE

Vente sur RDV.

Ferme familiale de 140 vaches gasconnes  
transhumant sur le plateau de Beille dans  
la tradition montagnarde ariégeoise.  
Vente de viande en direct et camping  
à la ferme pour le plaisir du contact  
et du partage avec les consommateurs.





SECTEUR

# DONEZAN

35 36  
MIJANÈS

37  
ROUZE

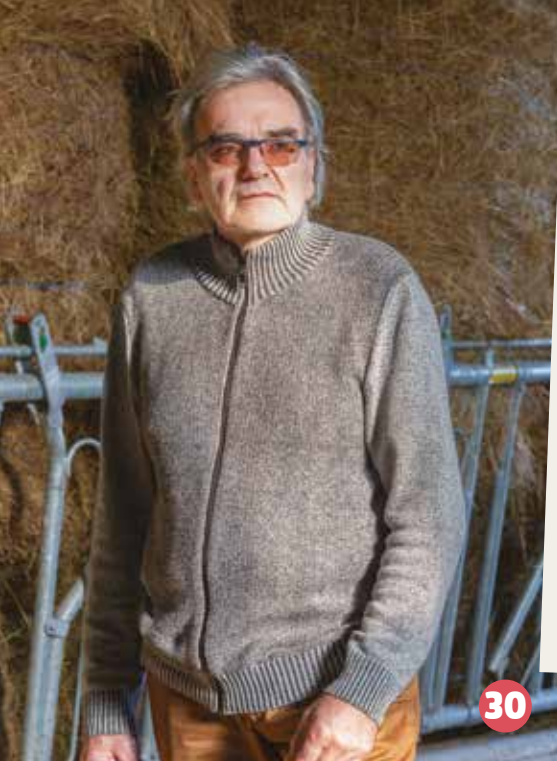
30  
ARTIGUES

33 34  
LE PLA

31 32  
CARCANIÈRES

30	EARL de Boutadiol	ARTIGUES
31	Abbaye Notre-Dame-de-Donazan	CARCANIÈRES
32	GAEC Sus Cases	CARCANIÈRES
33	Les Cochonneries de Resplandy	LE PLA
34	GAEC de la Bruyante	LE PLA
35	GAEC de Mijanès	MIJANÈS
36	EARL Le Roc Blanc	MIJANÈS
37	GAEC de Pailhères	ROUZE





30

### EARL de Boutadiol Francis SICRE



#### EXPLOITATION

Le Village  
09460 ARTIGUES  
06 88 79 32 20  
sicrefrancis@orange.fr

#### POINTS DE VENTE

Vente à la ferme.



L'abbaye fabrique la tomme  
des Pyrénées récompensée  
par une médaille d'or.

31

### Abbaye Notre-Dame-de-Donzean La Ferme du Plateau



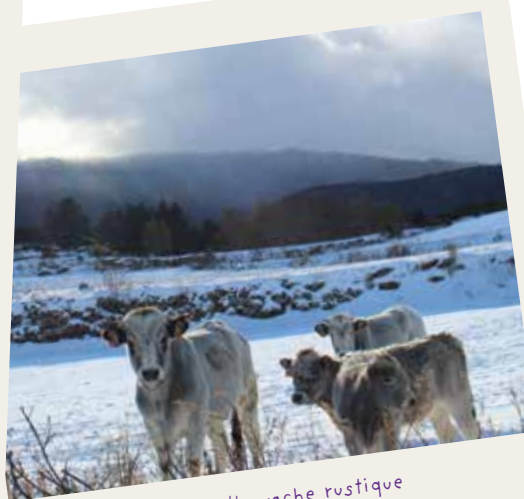
#### EXPLOITATION

Route du Col des Hares  
09460 CARCANIÈRES  
04 68 69 85 97  
fromagerie@donezan.fr

#### POINTS DE VENTE

Pas de vente à la ferme.  
Supérette Utile de Quérigut  
ou sur le marché de Formiguères.

La Ferme du Plateau c'est une abbaye  
et un monastère, installés à Carcanières.  
Son activité principale est la fabrication  
de produits laitiers: fromage frais, tomme  
des Pyrénées et notamment le Donezan,  
récompensé par une médaille d'or dans  
la catégorie «fromage à pâte pressée cuite»  
au concours international de Lyon.



Une belle vache rustique  
à la robe gris argenté,  
adaptée au rude climat pyrénéen.

32

### GAEC Sus Cases Susana LOPEZ et Rémy CLASTRES



#### EXPLOITATION

09460 CARCANIÈRES  
06 62 56 51 57  
gaec.suscases@hotmail.com

#### POINTS DE VENTE

Vente et livraison aux particuliers en caissette.

Élevage de vaches gasconnes, troupeau  
transhumant mené en agriculture biologique.



33

### Les Cochonneries de Resplandy Camille Hardy et Baptiste Resplandy



#### EXPLOITATION

Ferme de la Noubellane  
18 rue de la Mathe  
09460 LE PLA  
06 28 69 35 51 - 07 86 71 50 69  
lescochonneriesderesplandy@gmail.com  
📍 Les Cochonneries de Resplandy

#### POINTS DE VENTE

Vente à la ferme et livraison.

Nous sommes naisseurs engraisseurs de porcs  
noirs bio en plein air intégral dans des parcs  
de forêts de noisetiers en pleine montagne  
(1100 mètres d'altitude).  
Engagés pour la cause environnementale,  
nous avons à cœur de proposer des produits  
sains, savoureux et authentiques. Nous aimons  
partager le fruit de notre travail avec ceux  
qui aiment les bonnes choses. Nous produisons  
aussi des œufs frais et des légumes de saison.





Robe froment, cornes en lyre, yeux maquillés de noir, c'est la belle vache avbrac. Le taureau, lui, a l'encolure plus sombre.

34

### GAEC de Mijanès Victor URBANSKY

35



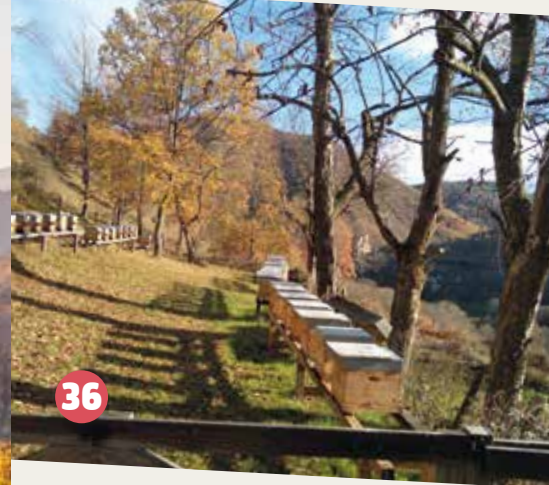
#### EXPLOITATION

4 rue Faturat - 09460 MIJANES  
06 80 72 48 45 - 06 80 93 76 25  
gaecdemijanes@outlook.fr  
www.elevage-le-linas.com/  
pisciculture-truites-ariege

#### POINTS DE VENTE

**VIANDE** Sur rendez-vous et sur commande  
**PISCICULTURE** Ouverture du lac début juillet à fin septembre.  
L'après-midi à partir de 15H  
**VENTE DIRECTE** De juin à octobre

Élevage et vente de vaches Angus, une race bovine originaire du Nord/Est de l'Écosse sur le mont Aberdeen.  
Et aussi pêche à la ligne de truites et saumons de fontaine: vous pourrez seul ou en famille vous détendre en pêchant des truites arc-en-ciel, Fario ou des saumons de fontaine dans 4 grands lacs naturels entourés de bois et de prés. Du matériel de pêche est mis à votre disposition.



36

Miel de Bruyère Callune récolté entre 1520 et 1660 m d'altitude

### EARL Le Roc Blanc Pascal IGOUNET Stéphane RESPLANDY



#### EXPLOITATION

27 Barri d'Amont  
09 460 MIJANES  
07 88 69 57 41  
le.roc.blanc@orange.fr  
📍 Miel du Donezan

#### POINTS DE VENTE

Vente sur RDV en téléphonant à la ferme

Nos miels de Haute Montagne sont récoltés, extraits à froid et conditionnés par nos soins dans le Donezan en Haute Ariège.  
Nos abeilles sont d'Octobre à Juin sur les communes de Rouze et de Mijanès, fin Juin nous transhumons nos ruches en haute montagne au niveau de la station de ski de Mijanès.  
Toutes nos pratiques sont mises en place et réfléchies dans le but de préserver le bien-être des colonies et de proposer des produits de qualité.



37

### GAEC de Pailhères Rémi LOPES



#### EXPLOITATION

Les Coundoumines  
09460 ROUZE  
06 73 55 63 90  
remi.lopes11@gmail.com

#### POINTS DE VENTE

Vente à la ferme sur RDV et sur commande.

Troupeaux de races locales: vaches gasconnes et brebis tarasconnaises qui estivent au col de Pailhères.

### GAEC de la Bruyante Clément COLL et Mélanie DUPIN



#### EXPLOITATION

4 camil del Rey  
09460 LE PLA  
06 77 54 40 94  
07 77 28 71 92  
clement.coll66@gmail.com  
📍 gaecdelabruyante

#### POINTS DE VENTE

Vente à la ferme sur RDV et réservation possible pour livraison lors de tournées.

Nous élevons des vaches et taureaux de race Aubrac et organisons des événements «Vente de reproducteurs Aubrac» sur l'exploitation. Pour connaître la vie de l'exploitation, inscrivez-vous à notre page Facebook.





# LES PRODUITS INSOLITES

38	L'Élégante Ariégeoise	ARTIGUES
39	Brasserie SOS Bière	AUZAT
40	La Ferme des Lamas	AUZAT
41	Le Mohair d'Orlu	ORLU
42	Les petits Gâteaux de Mérens	URS
43	Les Terrasses de Saleix	VICDESSOS
44	Safran des Cimes	VEBRE





38



39



40



41

## L'Élegante Ariégeoise Corinne PROD'HOMME

### EXPLOITATION

Place de la Mairie  
09460 ARTIGUES  
07 69 23 22 75  
elegante.ariégeoise@gmail.com  
📍 leleganteariégeoise

### POINTS DE VENTE

Vente à la ferme sur RDV et sur commande.

Première moricultrice de l'Ariège, L'Élegante Ariégeoise est une exploitation en Donezan. Produit du terroir, cultivé dans l'éthique et le respect de notre environnement, notre démarche est de proposer un produit de qualité aux professionnels de la cuisine gastronomique et aux particuliers. Sa taille, sa texture, ses qualités gustatives et aromatiques ont valu à notre morille d'être choisie en Octobre 2020 pour la semaine du goût.

## Brasserie SOS Bière Marie CADUDAL et Ian STOREY

### EXPLOITATION

Box 5 de l'hôtel d'entreprise  
route du Montcalm  
09220 AUZAT  
07 80 34 90 86  
ian@sos-biere.com  
www.sos-biere.com  
📍 SOS Bière

### POINTS DE VENTE

**ÉTÉ ET AUTOMNE** la brasserie est ouverte pour des visites et dégustations le jeudi de 16h à 19h.  
**HIVER ET PRINTEMPS** nous contacter par SMS ou messenger.

La brasserie SOS bière, lancée en 2021, tient son nom de la vallée du Vicdessos. Les bières sont bio et d'inspiration anglo-saxonne : légères, peu sucrées et fraîches, avec une belle part de houblon. Nous proposons aussi des fûts (20 ou 30 L) pour les événements.

## La Ferme des Lamas Laurence MARANDOLA



### EXPLOITATION

Village de Saleix - 09220 AUZAT  
05 61 03 19 80  
laurence@lamedespyrenees.fr  
www.lamedespyrenees.com  
📍 lafermedeslamas

### POINTS DE VENTE

Boutique à la ferme.  
Ouverte en juillet-août tous les jours à 17h.  
Et toute l'année sur RDV.  
Marché de Vicdessos le jeudi matin en juillet-août.

Élevage d'un troupeau de lamas en montagne, production de laine et visites au milieu du troupeau.  
Plantes aromatiques et médicinales : cueillette de plantes sauvages et cultures en terrasses, transformation en tisanes, condiments et soins à la ferme.  
Production de jus de pomme fermier.

## Le Mohair d'Orlu Cédric PEYRE



### EXPLOITATION

Route de la Coste  
09110 ORLU  
06 33 28 50 73  
contact@mohair-arlege.com  
www.mohair-arlege.com/boutique

### POINTS DE VENTE

Vente à la ferme sur RDV.

C'est au pied de la dent d'Orlu que nous élevons un troupeau de chèvres angora pour vous proposer différents articles en laine Mohair. Ils sont issus de la filière textile française et commercialisés sous la marque «mohair des fermes de France», gage de haute qualité.



# RISOTTO AU SAFRAN

## POUR LA CUISSON

- 250 g. de riz Carnaroli
- 50 g. de beurre
- 1 oignon
- 2 g. de safran
- 1 verre de vin blanc sec
- 1 L. de bouillon de légumes

## POUR LA LIAISON

- 75 g. de beurre
- 80 g. de parmesan râpé

- *Commencez par faire revenir l'échalote dans du beurre avant de faire griller les grains riz puis déglacez au vin blanc.*
- *Terminez la cuisson en ajoutant le bouillon, louche après louche.*
- *Ajoutez le safran infusé. N'oubliez pas la liaison hors du feu – la mantecatura – avec le parmesan râpé et du beurre bien froid.*



42

## Les petits Gâteaux de Mérens Marianne BAUDON



### EXPLOITATION

Le Village  
09310 URS  
06 86 22 93 54  
petitsgateauxdemerens@hotmail.com

### POINTS DE VENTE

Vente sur commande.  
Livraison assurée de Merens à Foix.  
Légumes dans un rayon de 20 km.

Le blé est cultivé à Urs et la farine est faite dans notre atelier au fur et à mesure des besoins.



43

## Les Terrasses de Saleix Vincent LASBENNES



### EXPLOITATION

9 La Vexane d'en bas  
09220 VICDESSOS  
06 87 48 90 83  
viasbennes@laposte.net  
contact@safran-de-montagne.fr  
www.safran-de-montagne.fr

### POINTS DE VENTE

Sur les marchés Vicdessos, Tarascon, Saurat (occasionnel).

En complément du safran, Les Terrasses proposent aussi des farines, des huiles, des pâtes ainsi que des légumes secs.





Safran des Cimes  
Marc SEGARRA



#### EXPLOITATION

Le Pech  
09310 VEBRE  
06 72 73 11 59  
marco.segarr@gmail.com  
f @safrandescimes

#### POINTS DE VENTE

Vente à la ferme sur RDV.  
Gîte « la Tanière de l'Ours ».  
Restaurant « le Chalet » à Ax-les-Thermes.  
Envoi par la Poste.



44

## PAIN D'ÉPICES

- 200 g. de farine
- 200 g. de miel
- 25 g. de sucre roux
- 25 g. de beurre doux
- 1 c. à café de bicarbonate de soude alimentaire
- 1 œuf
- 10 cl. de lait
- 1 C. à soupe d'épices à pain d'épices

- *Faire bouillir le lait avec les graines d'anis, la cardamome et la cannelle. Sortir du feu, couvrir et laisser infuser 30 min. Filtrer pour enlever les épices.*
- *Mettre le miel et le sucre dans la casserole avec le lait parfumé et laisser tiédir pour que le miel et le sucre soient fondus.*
- *Dans une jatte mélanger la farine et le bicarbonate. Ajouter le mélange sucre-miel-lait et mélanger à la cuillère jusqu'à ce que le mélange soit lisse.*
- *Beurrer un moule à cake et enfourner 1 heure à four préchauffé à 150°C.*
- *Déguster en tranches avec du beurre 1/2 sel.*





# LES MARCHÉS



## AX-LES-THERMES

**MARDI ET SAMEDI**  
TOUTE L'ANNÉE  
DE 7H À 13H

**JEUDI**  
DU 30 JUIN AU 1<sup>ER</sup> SEPTEMBRE  
DE 7H À 13H

## LES CABANNES

**DIMANCHE**

## VAL-DE-SOS

**JEUDI**  
DU 5 NOVEMBRE AU 30 MARS  
À LA HALLE DU MARCHÉ  
(PÉRIODE HIVERNALE).

DU 1<sup>ER</sup> AVRIL AU 31 OCTOBRE  
PLACE DU GRAVIER

# LES ÉVÉNEMENTS



DE LA FOURCHE À L'ASSIETTE, AU FESTIVAL DES SAVEURS NOUS VOUS INVITONS À DÉCOUVRIR OU REDÉCOUVRIR LES ACTEURS DE NOS RÉGIONS QUI ŒUVRENT POUR QUE NOS ASSIETTES ET NOS PLACARDS SOIENT REMPLIS DE BONS PRODUITS QUI RESPECTENT LEURS TERRITOIRES, L'ENVIRONNEMENT ET NOTRE SANTÉ.

C'EST À AX-LES-THERMES, DANS NOTRE PETITE VILLE THERMALE DES PYRÉNÉES ARIÉGEOISES, QUE LORS DU PREMIER WEEK-END DE SEPTEMBRE, MARCHÉ, CONCERTS ET ANIMATIONS COEXISTENT.

**PREMIER  
WEEK-END  
DE SEPTEMBRE**



# LE CALENDRIER DES FRUITS ET LÉGUMES DE SAISON

## HIVER

### LÉGUMES

BLETTE  
CHOU  
NAVET  
PANAIS  
POMME DE TERRE  
COURGE  
POTIRON

### FRUITS

POMME  
POIRE  
KIWI  
CHÂTAIGNE

## PRINTEMPS

### LÉGUMES

ARTICHAUT  
ASPERGE  
BLETTE  
COURGETTE  
CHOU-FLEUR  
ÉPINARD  
FÈVE  
PETIT POIS

### FRUITS

CERISE  
FRAISE  
FRAMBOISE  
POMME  
POIRE  
RHUBARBE

## ÉTÉ

### LÉGUMES

ARTICHAUT  
AUBERGINE  
BROCOLI  
CONCOMBRE  
COURGETTE  
MAÏS  
POIVRON  
TOMATE

### FRUITS

ABRICOT  
CERISE  
FRAISE  
FRAMBOISE  
GROSEILLE  
MELON  
MYRTILLE

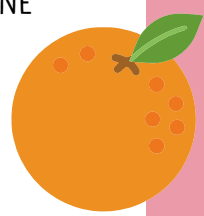
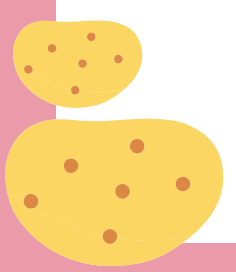
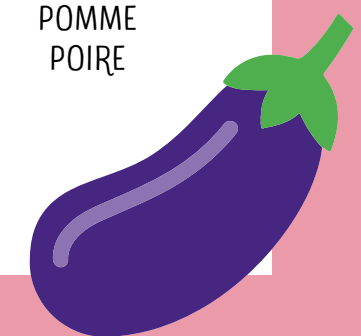
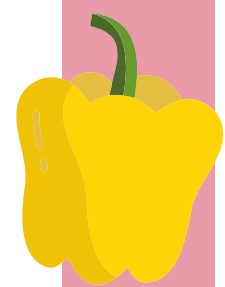
## AUTOMNE

### LÉGUMES

ARTICHAUT  
BLETTE  
CÉLERI  
CHOU-FLEUR  
ÉPINARD  
ENDIVE  
NAVET  
RADIS NOIR

### FRUITS

RAISIN  
COING  
POMME  
POIRE





# UN AGROPASTORALISME SÉCULAIRE

## PORTRAIT DE L'AGRICULTURE EN HAUTE-ARIÈGE

L'agropastoralisme a structuré le territoire et façonné les paysages de fonds de vallées, de versants et d'estives par une organisation rationnelle de leurs usages. C'est en cela que l'agriculture pastorale est considérée comme multifonctionnelle :

- Elle maintient l'ouverture des paysages, des pelouses naturelles et des espèces faunistiques et floristiques
- Elle offre un rôle économique et social pour maintenir une activité des espaces difficilement accessibles
- Elle offre une qualité de produits agricoles reconnue
- La transhumance, aujourd'hui reconnue comme patrimoine culturel immatériel, permet de maintenir des méthodes de travail, des coutumes et des traditions entretenant une identité territoriale singulière
- Elle lutte contre les risques naturels (incendies, avalanches) et l'enfrichement.

50% du foncier sont des propriétés communales et intercommunales. Les estives représentent 62% du territoire (1 128 km<sup>2</sup>) et sont gérées collectivement par 40 groupements pastoraux contribuant à l'autonomie fourragère de 309 éleveurs.

Les Associations pastorales concernent 58 exploitations agricoles.



**95**  
exploitations agricoles



**118**  
chefs d'exploitation (5,3% du total départemental)

**45**

ETP salariés sur les exploitations

et **10**

ETP salariés hors exploitations



**36%**  
des chefs d'exploitations sont des femmes



**28%**  
des chefs d'exploitation ont  
+ **55** ans



**100%**  
de la Surface Agricole Utile (78 732 ha) sont des surfaces fourragères et pastorales



**27**  
installations entre 2015 et 2020 (9% du total départemental)



**56%**  
des fermes sont en GAEC et **44%** en installation individuelle

source: Chambre d'agriculture 09

# LES LABELS ET LES MARQUES



Le label AB certifie les produits issus de l'agriculture biologique. De nombreux produits peuvent être labellisés AB : produits agricoles non transformés, produits agricoles transformés destinés à notre alimentation ou à celle des animaux, mais aussi semences et plants utilisés pour les cultures.



Diffusée dans toutes les fillères, cette certification participe à l'écologisation des pratiques agricoles tout en valorisant les produits agricoles.



Née en 2021, Nòu Ariège Pyrénées est une marque collective ariégeoise, proche des attentes des consommateurs. Elle regroupe à ce jour plus de 500 produits locaux, alimentaires et non alimentaires d'origine agricole, produits ou fabriqués par plus de 70 producteurs et artisans (viande, vin, fromage, cosmétiques, textile, ...).

Et pourquoi « Nòu » ? Nòu se lit « now\* » (maintenant, en anglais) et signifie 9 en occitan. « Nòu, Ariège Pyrénées » fait alors référence à une identification forte du territoire, basé sur le numéro du département de l'Ariège et l'histoire avec l'occitan. Et si vous ne savez pas le lire, aucune importance car on identifie alors le Nòu, le collectif et c'est aussi ça, Nòu Ariège Pyrénées, la volonté des acteurs impliqués d'œuvrer ensemble pour le territoire. Avec Nòu Ariège, l'Ariège bénéficie d'une vraie reconnaissance de ses productions locales !



Le PNR reconnaît l'intérêt et la diversité du patrimoine naturel, culturel et paysager de ses 142 communes. Il abrite un patrimoine naturel exceptionnel, avec des milieux remarquables et de nombreuses espèces endémiques ou menacées : isard, gypaète barbu, desman, euprocte, lys des Pyrénées etc. Il est également le siège de nombreuses activités humaines (agriculture, artisanat, industries) dont certaines, telles que le pastoralisme, lui sont emblématiques. Ses sites préhistoriques et historiques (grottes ornées de Niaux, Bédellhac, Maz d'Azil, cité de Saint-Lizier...) son histoire, sa culture, son patrimoine bâti et ses paysages en font également un espace reconnu et envié.



Les agriculteurs du réseau Bienvenue à la ferme s'engagent à proposer des produits fermiers de qualité, à offrir à leurs hôtes un accueil personnalisé et professionnel dans un environnement soigné, et à être ambassadeurs d'une agriculture durable et responsable, enracinée dans les terroirs.



# Au pays des bergers

ADOPTER LES BONS RÉFLEXES

**La montagne est un territoire partagé, un espace où l'on peut se ressourcer et profiter pleinement de la nature. Mais c'est également un lieu de vie et travail pour les bergers, les éleveurs et leurs troupeaux.**

Les paysages des estives et leurs équilibres écologiques sont façonnés depuis des millénaires par l'union harmonieuse entre l'homme, les troupeaux et le milieu naturel.

Pour apprécier votre séjour en montagne, et participer à la préservation de cet environnement, pour respecter la vie et le travail des gens de la montagne, il est essentiel d'adopter un certain « savoir-être » dont les bases vous sont rappelées à l'intérieur de ce dépliant.

**La montagne** UN ESPACE À PARTAGER,  
ET DES PRATIQUES PASTORALES À DÉCOUVRIR !

Pour profiter pleinement de votre balade, adoptez les bons réflexes !



## TENEZ VOTRE CHIEN EN LAISSE

Même s'il est très gentil, il risque de déranger le troupeau, compliquant le travail du pâtre. Les problèmes posés par les chiens non tenus en laisse en présence de bétail peuvent avoir de graves conséquences et sont la principale source de conflit entre bergers et touristes.



## SOYEZ DISTANT ET DISCRET

Respectez la tranquillité des troupeaux et le travail du vacher, vous assurez ainsi votre propre sécurité. Observez les animaux à distance et adaptez votre attitude. Si possible, contournez largement le troupeau et ne vous approchez pas des jeunes animaux, veaux ou agneaux.



## REFERMEZ LES CLÔTURES

Même s'il est hors de votre vue, un troupeau peut se trouver derrière cette barrière. Merci de bien refermer les portes ou portillons après votre passage pour éviter la divagation des animaux.



Attention chien de protection

## LES CHIENS DE PROTECTION ET LES TROUPEAUX DE BREBIS

Leur présence en montagne est une conséquence directe de la réintroduction des prédateurs. Ils ont pour mission de protéger les troupeaux de brebis contre les attaques d'ours et tout perturbateur.

Ils peuvent donc se montrer agressifs, notamment vis-à-vis d'autres chiens.

Ne les approchez pas, n'essayez pas de les intimider, et dans tous les cas, contournez si vous le pouvez largement les troupeaux de brebis lorsque vous les rencontrez.



contourner le troupeau



## RAMENEZ VOS DÉCHETS

Pour garder la montagne belle et accueillante, n'y laissez aucun déchet. Le service de ramassage des ordures ne passe ni dans les estives, ni dans les refuges et les cabanes !





# Le Pastoralisme en Ariège

**Le Pastoralisme regroupe l'ensemble des activités d'élevage qui valorisent par le pâturage, la végétation spontanée des espaces naturels, pour assurer l'alimentation des troupeaux.**

À la fin du printemps, des milliers de vaches, brebis et chevaux montent en suivant la pousse de l'herbe jusqu'aux pâturages d'altitude : les estives. C'est la Transhumance. Le pâturage des troupeaux joue un rôle essentiel pour le maintien des paysages, et des milieux ouverts favorables pour la conservation de la biodiversité dans les Pyrénées.

La Transhumance est reconnue au patrimoine immatériel culturel en France et candidate à cette reconnaissance auprès de l'UNESCO.

En Ariège, 1/4 du département, soit 120 000 hectares est consacré à cette activité pastorale, essentielle pour le maintien des fermes ariégeoises.



## La cabane et les gardiens de troupeaux

Une centaine de bergers-vachers formés à ce métier vivent et travaillent dans les estives ariégeoises chaque été.

Levé avant l'aube, le gardien de troupeau assure la bonne gestion du territoire et des animaux qui lui sont confiés. La cabane est son lieu de vie et de travail. Il effectue de longues journées et se repose souvent l'après-midi...

**Merci de respecter sa tranquillité et son intimité, c'est la garantie de belles rencontres...**



**Fédération Pastorale de l'Ariège**

[www.pastoralisme09.fr](http://www.pastoralisme09.fr)  
05 61 03 29 92



**Conseil Départemental**

[www.ariège.fr](http://www.ariège.fr)  
05 61 02 09 09

Crédits photos : Fédération Pastorale de l'Ariège, Stéphane Meurisse – Ariège Pyrénées Tourisme.



# À LA DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE...

[www.patrimoines.hauteariege.fr](http://www.patrimoines.hauteariege.fr)



## Château de Lordat

Un des derniers refuges cathares en vallées d'Ax. Culminant à plus de 965 m d'altitude et offrant un panorama unique sur la vallée, cette forteresse se dresse comme un fleuron du patrimoine historique des Pyrénées ariégeoises.



## Maison du Patrimoine et Château d'Usson

Forteresse cathare en Donezan. Demeure des anciens seigneurs de Cerdagne et de Foix, surplombant la vallée de l'Aude et protégeant le pays du Donezan.



## Maison des patrimoines Le Barri à Auzat

L'Histoire des hommes et des femmes qui ont forgé les paysages du Vicdessos. 3 salles d'exposition permanentes, maquettes, diaporama, mobilier archéologique Issu des fouilles du château de Montréal-de-Sos.



## Mountaneô à Orlu

Un espace muséographique ludique et interactif dédié à la découverte de la montagne. Découvrez la vallée d'Orlu, sa réserve naturelle, sa faune et sa flore préservée, testez un jeu Immersif : l'Hydrogame, et visitez la centrale hydroélectrique !



## Talcaneô à Luzenac

La plus grande carrière de talc à ciel ouvert au monde dans un cadre naturel spectaculaire! Rendez-vous dans le nouvel espace muséographique de Luzenac avec jeux et projection 180° : l'exploitation de la roche la plus tendre sur l'échelle de dureté des minéraux. Visite de la carrière en bus.

# ET DE NOS SENTIERS DE RANDONNÉE

[www.pyrenees-ariegeoises.com](http://www.pyrenees-ariegeoises.com)

Découvrez la Haute-Ariège à pied, en VTT, à cheval. Plus de 450 km de sentiers traversent des paysages variés avec différents niveaux de difficultés. Vous trouverez ces topoguides à l'office de tourisme des Pyrénées Ariégeoises dans ses antennes à Ax-les-Thermes, Les Cabannes, Luzenac, Valdesos.





# LE PROJET ALIMENTAIRE DE TERRITOIRE

**La Communauté de communes de la Haute Ariège adhère au Projet Alimentaire de Territoire. Élus et techniciens participent au Conseil Local de l'Alimentation.**

Le Projet Alimentaire Territorial est animé par le Pôle d'Équilibre Territorial & Rural de l'Ariège (PETR).

Situé entre plaines fertiles au nord, coteaux herbagers, forêts riches en biodiversité et hauts pâturages pyrénéens au sud, le territoire ariégeois détient le potentiel nécessaire pour

faire de l'alimentation durable un réel levier de développement local et de la transition écologique et sociétale.

Conscients de cette richesse, les élus des Intercommunalités membres du PETR de l'Ariège ont engagé une véritable coopération territoriale dans le but de soutenir la transition de notre système alimentaire territorial vers plus de durabilité, de justice sociale et de résilience face aux défis climatiques et sociétaux actuels.

**Vous êtes producteur, vous faites de la vente en direct de la ferme et vous souhaitez paraître dans le prochain carnet gourmand, prenez contact avec :**

› **Communauté de communes de Haute-Ariège**  
Direction du développement économique et touristique  
developpement@cc-hautearlege.fr

› **Chambre d'agriculture de l'Ariège**  
32 avenue du Général de Gaulle  
09000 FOIX  
06 22 09 06 07  
territorial@arlege.chambagri.fr

Ce carnet gourmand a été réalisé dans le cadre d'une convention de partenariat entre la communauté de communes de la Haute-Ariège et la Chambre d'Agriculture de l'Ariège.

#### CRÉDIT PHOTO

Thomas Guillin  
thomasguillin@gmail.com  
sauf

- Alain Naudy © Hélène Dagues
- Philippe Lacube © Chambre d'Agriculture de l'Ariège
- compostage © Fanny Amirault
- © la Ferme du Far
- © la Ferme du Minier
- GAEC de Coume du Jour © Solenne Laurent
- GAEC de Quiés © Philippe Grollier
- Abbaye Notre-Dame-du-Donzan © Sperat Czar
- © GAEC Sus Cases
- © Les Cochonneries de Resplandy
- © EARL Le Roc Blanc
- © Brasserie SOS Bière
- pastoralisme © Fédération Pastorale de l'Ariège, Stéphane Meurisse - Ariège Pyrénées Tourisme
- À la découverte du patrimoine © Hélène DAGUES, A. Baschenis
- © Unsplash pages 25, 27, 45 et 47
- © Pexels page 42

#### CONCEPTION GRAPHIQUE

Emmanuelle Sans  
www.emmanuellesans.com

#### IMPRESSION

Le Studio du Château  
sur papier FSC (papiers fabriqués à partir de fibres de bois issues de sources responsables)

#### ACHEVÉ D'IMPRIMER

juin 2023  
3000 exemplaires

POUR EN SAVOIR +  
[WWW.PETRARIEGE.FR](http://WWW.PETRARIEGE.FR)





# En Ariège

ON EST BIEN CONSERVÉ

« Pain Ariégeois »

« Charcuterie d'Ariège »

« Fromages »

« Cookie artisanal »



**nòu**  
ARIÈGE PYRÉNÉES

LA MARQUE  
DES PRODUITS D'ARIÈGE  
> SUIVEZ NÒU !



Nòu Ariège Pyrénées



nou-09.fr

AVEC LE SOUTIEN DE

