



Le Petit Gémois

N°29
Oct-Nov-Déc 2016
2016

Journal du **G.E.M-CLUB**

Groupe d'Entraide Mutuelle de **PHOBIES-ACTIONS**

PETITE HISTOIRE DU PASTEL **Par Catherine**

Le pastel est une plante crucifère bisannuelle dont les feuilles donnent un bleu exceptionnel.

Par ses retombées économiques, l'exportation vers les pays du Nord forgea la légende du « Pays de Cocagne ». L'histoire du pastel est fortement associée à l'histoire du Lauragais, « pays de Cocagne », (le XVI^e siècle est son siècle d'or). Les coques également appelées « cocagnes » ou « cocaignes » sont des boules séchées et dures de feuilles de pastel écrasées. C'est la plante mythique du pays de Laurac ; on l'appelle « l'herbe du Lauragais ». Plusieurs pays cultivaient le pastel mais, comme le disait Olivier de Serres, « le pastel ne vient bien qu'en Lauragais ».

Le pastel contient dans ses feuilles un produit chimique qui permet de teindre en bleu les tissus de laine. C'est une plante d'une hauteur d'un mètre environ lorsqu'elle fleurit et aux feuilles lisses, assez larges. Le pastel est très exigeant quant à la richesse du sol qu'il épuise rapidement. Semé en février-mars, sur de petites parcelles, la plante fleurit en avril-mai et les graines sont récoltées en juin. Le cycle est de 15 mois environ. Sa culture réclame une main d'oeuvre importante. Les feuilles sont cueillies à la main de la Saint-Jean à la Toussaint. Soigneusement lavées, elles sont écrasées au moulin pastellier. Des centaines de moulins ont parsemé le Lauragais. Le moulin transforme les feuilles en une bouillie que l'on prépare en boules.

Suite au prochain numéro



CITATIONS

"Quand un philosophe me répond, je ne comprends plus ma question."

Pierre Desproges

« La vie c'est comme une bicyclette, il faut avancer pour ne pas perdre l'équilibre »

Albert Einstein

« Le talent, c'est comme l'argent, il n'est pas nécessaire d'en avoir pour en parler »

Jules Renard



POESIE

BACCHUS

André Chénier

Viens, ô divin Bacchus, ô jeune Thyonée,
Ô Dionyse, Evan, Iacchus et Lénée,
Viens, tel que tu parus aux déserts de Naxos,
Quand tu vins rassurer la fille de Minos.
Le superbe éléphant, en proie à ta victoire,
Avait de ses débris formé ton char d'ivoire.
Dans ses traits déguisés, du monarque suprême
Tu reconnais encore et la foudre et les traits.

Sidon l'a vu descendre aux bords de ses guérets,
Sous ce front emprunté couvrant ses artifices,
Brillant objet des vœux de toutes les génisses
La vierge tyrienne, Europe, son amour,
Imprudente, le flatte ; il la flatte à son tour :
Et, se fiant à lui, la belle désirée
Ose asseoir sur son flanc cette charge adorée.
Il s'est lancé dans l'onde ; et le divin nageur,
Le taureau roi des Dieux, l'humide ravisseur
A déjà passé Chypre et ses rives fertiles,
Et s'approche de Crète et va voir les cent villes.

RECETTE DE CUISINE DU MOIS

Baisers en chocolat



Temps de préparation : 60 minutes

Temps de cuisson : 10 minutes

Ingrédients (pour 24 biscuits) : - 75 g de chocolat blanc cassé en morceaux
- 75 g de chocolat noir cassé en morceaux
- 115 g de beurre ramolli
- 115 g de sucre en poudre
- 2 oeufs
- 225 g de farine
- sucre glace, pour la décoration

Préparation de la recette

Préparation de la recette :

Faites fondre le chocolat blanc et le chocolat noir au bain marie dans deux terrines séparées et laissez-les refroidir.

Battez le beurre avec le sucre en poudre jusqu'à obtention d'un mélange pâle et mousseux.

Incorporez les oeufs l'un après l'autre.

Enfin, tamisez et incorporez la farine en mélangeant bien.

Divisez la pâte ainsi obtenue en deux et mélangez chaque portion avec l'un des types de chocolat fondu.

Pétrissez jusqu'à ce que les pâtes soient bien homogènes, puis emballez-les séparément dans un film plastique et mettez les au réfrigérateur pendant 1 heure.

Préchauffez le four à 190°C (thermostat 6). Roulez des cuillerées à café de pâte de façon à former de petites boules et disposez-les sur une plaque à pâtisserie beurrée.

Faites cuire pendant 10 à 12 minutes.

Enrobez-les de sucre glace et laissez-les refroidir sur une grille à pâtisserie.

LES EVENEMENTS MARQUANTS DU TRIMESTRE



Comité de Rédaction :

Catherine Sarrabezolles, Thierry Janowsky et Christyane PAUL



Fédération Nationale des Associations d'usagers en Psychiatrie

Agréée par le Ministère de la Santé

26, bd Emile Sicard - 13008 Marseille

☎ : 04 91 75 69 38 - Fax : 04 75 50 84

Email : gemplobiesactions@gmail.com

<http://gemclub-phobiesactions.fr>

- Siret N° 433 395 068 00011

- [Association LOI 1901 N° 3/3193](#)