

RESTAURANT
Notre Top 7 Japonais

ESSAI AUTO
Peugeot 5008 Électrique

SÉLECTION CAVISTE
Domaine des Bernardins



METROPOLITAIN

7 Officiel | Interview | Société | Lifestyle | Annonces Légales

#2227 - 13 Août 2024 - 1,50 €



Cahiers de vacances

EPISODE 5

**LOT - LOZÈRE
AVEYRON**

Belles découvertes
et joyeuses explorations

printanières & automnales

LES SOIRÉES VIGNERONNES
ET FESTIVES DU PAYS DE L'OR

de 19^H à 23^H,
les vendredis

31

mai

Lansargues

7

juin

Saint-Aunès

21

juin

La Grande Motte

12

juillet

Candillargues

6

septembre

Palavas-les-Flots

13

septembre

Mudaison

20

septembre

Mauguio

27

septembre

Valergues

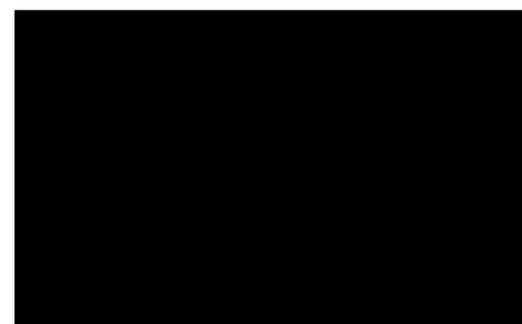
Au cœur des villes et villages du Pays de l'Or,
les vendredis soirs profitez de la douceur des soirées
printanières et automnales pour déguster les vins
et produits du terroir dans une ambiance festive
avec des amis ou en famille.



LE MEILLEUR DE LA MUSIQUE



paysdelor.fr



SOMMAIRE



CAHIERS DE VACANCES

04 EPISODE 5

Gourdon : Notre-Dame-des-Neiges
Langogne et le circuit de la Reisse
En Aveyron, le sentier des sources

METRO style

18 Foodporn : Notre Top 7 Japonais
22 Essai auto : Peugeot 5008 Électrique
26 Sélection caviste : Domaine des Bernardins

METRO éco

29 Annonces légales

7 OFFICIEL
Edition de la Gazette
Economique de l'Hérault

73 Rue du 56^e Régiment d'Artillerie
34070 Montpellier
Tél. 04 99 61 41 31 - Fax 04 99 61 41 30
Magazine d'informations officiellement
désigné pour la publication d'annonces
légales sur l'ensemble du département
de l'Hérault.

SARL de Presse au capital de 190 000 € :
RCS Montpellier B 400 169 819 ISSN
en cours
Commission Paritaire de Publication
et d'Agences de Presse
N°1126 I 87223

Directeurs de la publication :
Bertrand Fassio
b.fassio@e-metropolitain.fr
Matthieu Fassio
m.fassio@e-metropolitain.fr

Directeur artistique
& photographie :
Mario Sinistaj
m.sinistaj@e-metropolitain.fr

Directrice commerciale :
Sandra Ripoll : 06 78 60 97 21
s.ripoll@e-metropolitain.fr

Publicité :
Perrine Brants :
perrine@e-metropolitain.fr
04 99 61 41 31
Béziers : Marin Laval :
m.laval@e-metropolitain.fr

Graphisme :
Thomas Besson
t.besson@e-metropolitain.fr

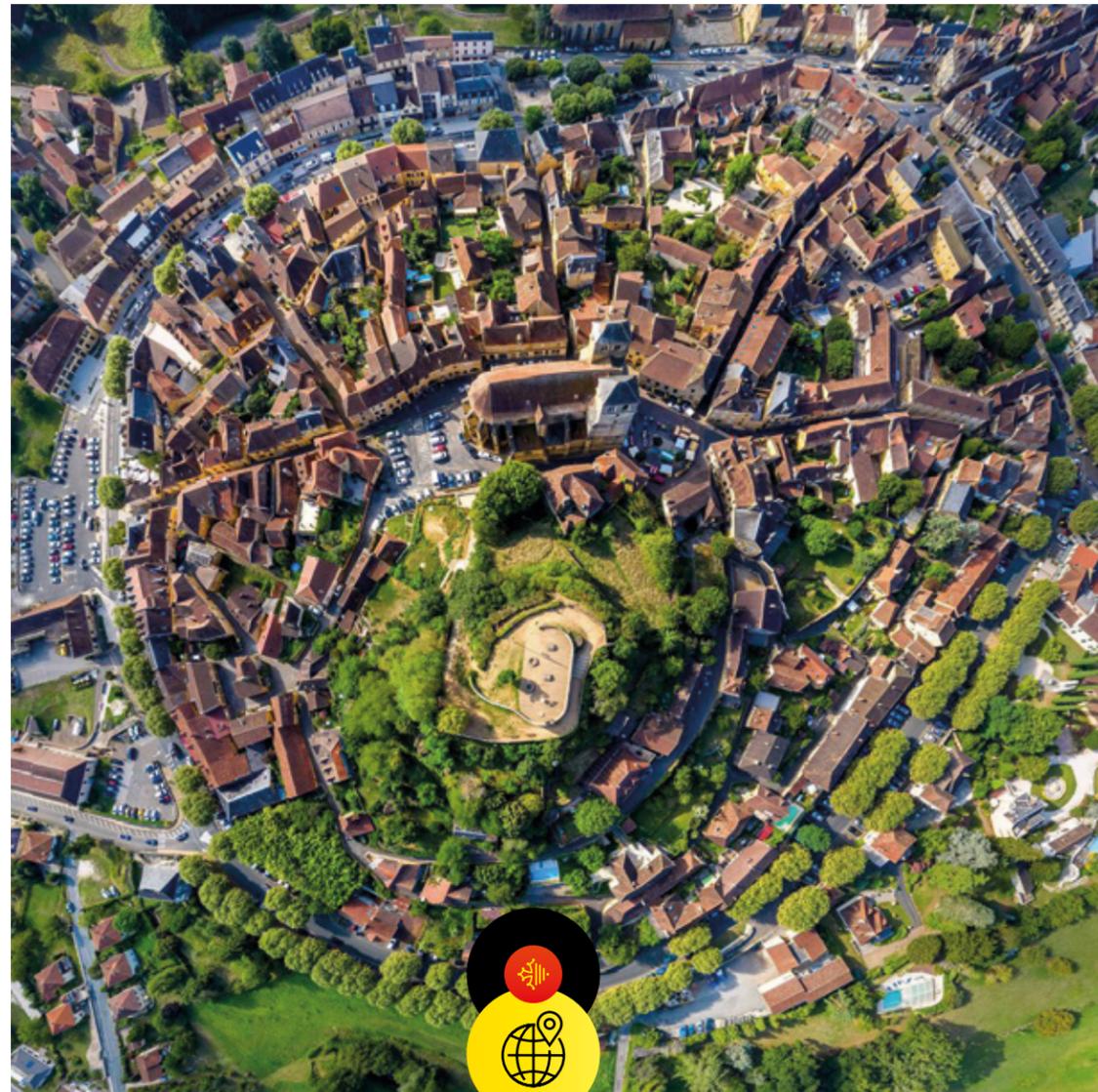
Rédaction :
Gil Martin, Cédric Nithard,
Xavier Paccagnella, Jean-Marc Aubert,
Arnaud Boularand, Manon Haddouche,
Léa Pippinato,
redaction@e-metropolitain.fr

Community manager :
Lalou Henry,
lhenry@e-metropolitain.fr

Annonces légales :
Nathalie Andro,
Laurie Clamagrand
contact@e-metropolitain.fr

Service comptabilité :
Laurie Clamagrand,
compta@e-metropolitain.fr

Impression : Impact'imprimerie
Ils ont contribué à ce numéro :
Caves Cairrel - caves-cairel.com
04 99 58 10 10



© C. Bouthe - Vent d'Autant - tourisme-gourdon



GOURDON

Notre-Dame-Des-Neiges

Empruntez d'agréables chemins et sentiers forestiers et découvrez, au passage, la chapelle Notre-Dame des Neiges et l'église Saint-Romain.

POURQUOI Y ALLER

A mi-chemin entre Périgord et Quercy, les paysages de la Bouriane offrent un cadre enchanteur à cette jolie balade campagnarde au départ de la gare de Gourdon.

Distance : 9,6km
Durée : 2h30
Difficulté : Modéré (dénivelé de 199m)
Accès : gare SNCG de Gourdon
Ligne : Toulouse-Cahors-Brive



© Office de tourisme du Pays de Gourdon - M. Dubreuil

Chapelle Notre Dame des Neiges



© DR

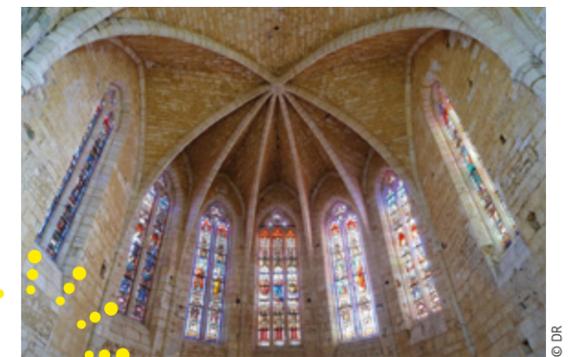
« Un avant-goût du Périgord »

CE QUE VOUS Y VERREZ

Encore lotoise, pas tout à fait dordognote, la randonnée emprunte de jolis chemins creux et s'enfonce dans la forêt après avoir longé le vénérable moulin de la Font (une ancienne meunerie du 12^e siècle) puis la chapelle Notre-Dame des Neiges qui vous attendra par sa beauté sereine et où vous aurez pris soin de lire la légende qui lui est attribuée... Entre vallons et colline, il n'est pas rare de surprendre, sinon un chevreuil, du moins un sanglier ou un faisan... A l'issue de votre balade 100% chlorophylle, vous vous attarderez dans le cœur historique de Gourdon, pour apprécier le charme médiéval de ses maisons à colombage et de ses deux remarquables édifices religieux : l'église Saint-Pierre datée du 14^{ème} siècle et l'église des Cordeliers, du 18^{ème}.



© DR



© DR

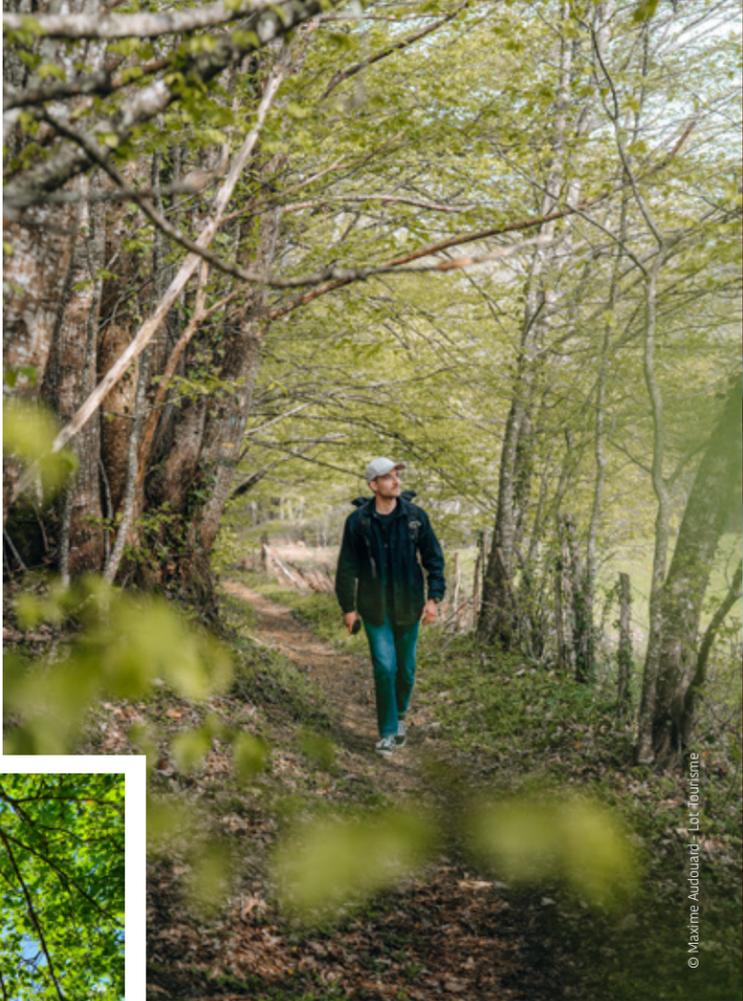
Eglise des Cordeliers

ITINÉRAIRE

Dos à la gare, prendre la direction nord-est, rue de la gare. Au bout de la rue, prendre à gauche pour passer au-dessus de la voie ferrée, et tourner tout de suite à droite dans la rue Jean moulin. Aller tout droit en longeant la voie ferrée.



© OT du Pays de Gourdon - M-Dubreuil



© Maxime Audouard - Lot Tourisme

- A l'intersection, prendre à gauche la rue des Négères où l'on retrouve les GR® 652 et 64. À la fourche suivante, suivre à droite le GR® en direction de la chapelle Notre-Dame des Neiges. Après avoir franchi la rivière, prendre à gauche le chemin du Mas de Fraysse et l'on se trouve face à la chapelle, à un lavoir et au début du PR. Derrière la chapelle Notre-Dame des Neiges, prendre le chemin à gauche sur 250 m.
- Monter par le chemin de droite. En haut, poursuivre par la route, puis descendre par le chemin à gauche, au mas de Fraysse. À la fourche, poursuivre tout droit vers Saint-Clair, couper la petite route et continuer en face par le chemin herbeux puis caillouteux. Croiser la piste forestière, longer la propriété à droite, puis remonter la vallée.

- Emprunter la route à droite qui passe au-dessus du ruisseau, puis à nouveau à droite en direction de Saint-Romain. Aux premières maisons de Verdier bas, à la fourche, prendre la route à droite, puis rapidement à gauche en direction de La Brugue. À l'entrée de ce hameau, tourner immédiatement à droite dans le chemin herbeux qui descend dans la vallée de Saint-Romain. Laisser le hameau à droite et continuer par la route en face. Elle enjambe le ruisseau puis dépasse Métairie-Petite.
- À la sortie du virage à gauche, s'engager sur le chemin à droite et regagner le mas de Fraysse. Par l'itinéraire utilisé à l'aller, rejoindre la chapelle Notre-Dame des Neiges puis la gare de Gourdon.

Qu'est-ce qu'une "Oule" ?

Au carrefour des routes menant à Rocamadour et Saint-Cirq Lapopie, Uzech-Les-Oules cultive un amour pour la céramique depuis le XIII^e siècle. Dans son sous-sol, un banc d'argile lui valut d'ailleurs son nom, les Oules signifiant en occitan, les pots. Depuis, la tradition s'est transmise de génération en génération et aujourd'hui encore des potiers répètent des gestes ancestraux, donnant une âme à ce village d'un peu plus de 200 habitants. Réunis au sein de l'Oulerie, un regroupement de céramistes, quatre potiers travaillent dans le silence de leur atelier, le grès, la porcelaine. Leurs mains glissant sur la terre, ils modèlent des plats, des pots, des assiettes et autres objets utilitaires. Quand les uns jouent sur les couleurs les autres, apportent du contraste à la matière. Le tout est élégant, unique, pratique. Un cadeau original !



© Lot Tourisme - C. Asquier

© Pays de Gourdon Tourisme - F. Latain



À RAMENER DANS SA VALISE ...

TROP DE CHOIX !

Noix, huile de noix et pâte à tartiner à base de noix..., foie gras, lavande, truffes. Et pourquoi pas des Oules, ces « pots occitans » et céramiques, qui pourraient correspondre au "cadeau insolite" ?

En savoir plus sur la destination : www.tourisme-gourdon.com



© IC-LangogneTourisme



LANGOGNE et le circuit de la Reisse

Entre bois et landes, un des plus beaux panoramas sur Langogne et le lac de Naussac.

Distance : 8,5km
Durée : 2h30
Difficulté : Modéré (dénivelé 230m)
Accès : Gare SNCF de Langogne
Ligne : Nîmes - Clermond - Ferrand

CURIEUX !

En patois une « reisse » est une scierie. Il en existait plusieurs dans les environs dans les années 30 et elles étaient particulièrement prospères. Le chemin que vous empruntez était probablement destiné à descendre le bois coupé à la ville. En revenant à Langogne on poussera la curiosité jusqu'à la jolie halle ainsi qu'à l'église du XII^e siècle ainsi qu'à la filature des Calquières. Encore un peu de temps ? Alors suivez le balisage pour une découverte historique de la vieille ville, à la recherche de ses particularités et monuments les plus emblématiques.

Nouveauté

Vous souhaitez vous attarder en Lozère ? L'escape-game « Secrète Margeride » vient tout juste d'être lancé. Il permet ainsi de découvrir les facettes insolites de la Margeride côté nature, de façon ludique, en 6 énigmes dont une a justement pour cadre Langogne.



© IC-LangogneTourisme

POURQUOI Y ALLER

Entre bois et landes, cette jolie randonnée offre l'un des plus beaux panoramas sur Langogne, la Margeride mais aussi sur le lac de Naussac, véritable « mer intérieure » des hauts plateaux lozériens et eldorado pour les amateurs d'activités nautiques et de loisirs en tout genre.



VOTRE ITINÉRAIRE

En sortant de la gare, prendre en face l'avenue de la gare.

- A droite, l'allée des cités puis encore à droite la rue des cités. Passer sous la voie de chemin de fer par le pont des soupirs puis à droite pour rejoindre la N88. Traverser le pont sur l'Allier et, au sortir du pont, traverser la nationale au passage piétons.
- Suivre la route parallèle à l'Allier en direction de le Nirgout. A la bifurcation, emprunter à gauche la route montante. À la sortie du hameau de le Nirgout, s'engager dans le chemin de gauche. Au carrefour suivant, continuer tout droit dans le chemin de la Reisse. Il gravit la Côte de Labre et pénètre dans le bois de le Nirgout. En crête (1 062 m), le chemin prend la direction de l'est (points de vues sur Langogne, le lac de Naussac et la Margeride). Atteindre le départ d'un sentier à droite (être attentif au balisage).
- S'engager dans ce sentier forestier et descendre jusqu'à l'entrée du hameau de la Genestouze, qui tient son nom du ruisseau coulant en contrebas et finissant sa course dans l'Allier. Tourner à droite, en épingle, sur le chemin descendant. Passer au Pradet et continuer sur le chemin pour retrouver le hameau de le Nirgout. Reprendre l'itinéraire de l'aller en prenant la route descendante. Suivre la route le long de l'Allier. Franchir le pont sur l'Allier et retour à la gare SNCF par le chemin de l'aller.



© Brasserie de Rocles



© Aurélien DESMIERS



© AfaMultimedia



Chemin de la Reisse

© IC-LangogneTourisme

À RAMENER DANS SA VALISE...

ÉPICURIEN • Les bières artisanales de la brasserie de Rocles, les chocolats 100% artisanaux de Sylvie Faucher, maître chocolatière de Secret de Cacao, les conserves locales des trois bouchers de Langogne (Maison Laget, Maison Fages, Maison Mialhe).

SUR LE FIL • Les produits vendus à la boutique de la Filature des Calquières.

EFFET WOW • Un couteau au manche en corne de vaches (de Margeride bien sûr) voire des couteaux ou bijoux en ivoire de mammoth (!) de l'atelier Mercorne.

En savoir plus sur la destination : www.ot-langogne.com



EN AVEYRON

Le sentier des sources

Au pied d'une faille qui sépare le causse et le Ségala, au confluent de deux rivières, l'Aveyron et l'Alzou, entouré de collines, ce site a séduit les bâtisseurs pour implanter dès 1252 la bastide royale de Villefranche-de-Rouergue.

POURQUOI Y ALLER

Des gorges de l'Aveyron aux collines rouergates, de la ripisylve aux châtaigneraies* en passant par les pâtures aux mille et unes vaches, le sentier des sources résume à lui seul la diversité des paysages de l'ouest-Aveyron tandis que le riche patrimoine bâti de Villefranche-de-Rouergue, jolie bastide médiévale auréolée de son label « Villes et Pays d'art et histoire » peut à juste titre s'enorgueillir de posséder quelques fleurons d'archi-

tecture à travers sa collégiale du 13^{ème} siècle, la chapelle des Pénitents Noirs (12-13^{ème} s.) et la Chartreuse Saint-Sauveur, chef-d'œuvre du Gothique flamboyant avec son grand cloître, l'un des plus vastes de France. Ce sera la cerise sur le gâteau, à la fin de votre balade champêtre, juste après avoir franchi l'élégant pont des Consuls, superbement orné de géraniums, sitôt l'été revenu.

Distance : 13,8km
Durée : 4h
Difficulté : Élevée
Gare SNCF : Villefranche-de-Rouergue
Ligne : Toulouse-Figeac-Aurillac



Les-Sources - Villefranche

© SP, OuestAveyronTourisme



LE

Venir à Villefranche-de-Rouergue le jeudi matin, jour de marché, c'est l'assurance d'une immersion dans le cœur authentique d'un terroir attachant où l'accent est rocaileux, le verbe fleuri et les produits gastronomiques d'excellence. Un plaisir des sens !



Villefranche de Rouergue jour de marché

© Patrice_Thebault



VOTRE ITINÉRAIRE

De la gare, se diriger vers la place de la République et traverser la D 911 vers l'est.

- Prendre la rue du Jeu-de-Paume. Utiliser le pont de la voie ferrée et monter en face la Côte Pavée. Emprunter la D 911 à gauche. Passer la table d'orientation et continuer.
- Après le virage, monter à droite par le chemin de Combe-Salès. Poursuivre par la route à gauche (à droite château de Garriguet XVII^e siècle) jusqu'au croisement. Continuer tout droit vers les Granges. Emprunter à gauche la D 71 sur 10 m puis la D 911 à droite sur 250 m. Bifurquer à gauche. Avant une maison et un hangar, suivre à droite l'ancien chemin du Piaulet. Après le Mas du Piaulet, tourner à droite vers la D 91.
- 30 m avant la route, prendre à gauche le chemin goudronné qui passe aux sources du Ritard et monte à Compans. Traverser le hameau à gauche. Prendre un large chemin à droite. Il devient herbeux et pénètre en sous-bois. Après un virage en S, aller à gauche, franchir le ruisseau busé, et traverser Combe-Nègre.
- Emprunter la route à droite, franchir le Ritard et arriver à Doumeyrenc. S'engager à droite sur le chemin qui passe entre des habitations. Descendre à travers bois vers la station de pompage et suivre le chemin en rive gauche de l'Aveyron. Après le pont, rester en rive gauche et gagner le pont des Consuls à l'entrée de Villefranche

Gâteau à la broche



© DR

À RAMENER DANS SA VALISE ...

QUE DES GOURMANDISES !

La **fouace**, gâteau plutôt brioché avec de la fleur d'orangée et des fruits confits : La Fouace - Bastides et Gorges de l'Aveyron (bastides-gorges-aveyron.fr). Sinon, le fameux **gâteau à la broche** (base de pâte de 4 quarts monté sur un cône et cuit au feu de bois) ou une « **pompe à huile** » ! Que dire... son nom parle de lui-même : base de gâteau sucrée et « huileux » mais tellement bon !



© DR



© DR

La fouace

En savoir plus sur la destination : www.bastides-gorges-aveyron.fr

Préparez vos visites et randonnées en Occitanie avec : www.tourisme-occitanie.com

