



Les 4 saisons

HIVER 2020/21



Le houx de Noël, Le gui de l'An Neuf



C'est dans la tradition celtique que le houx a eu le plus d'impact et façonné le symbole que nous connaissons aujourd'hui. Ses feuilles épineuses faisaient du houx le protecteur par excellence. Cette plante, qui symbolise la persistance de la nature durant le froid glacial à Noël, était un signe de bienvenue pour les bons esprits de la forêt ou les voyageurs perdus dans le froid. Mais ses vertus ne s'arrêtent pas là !

Le houx protégeait des mauvais esprits, des sorcières, et des foudres divines, d'où la présence de couronnes de houx sur les portes des maisons. Il ornait aussi souvent les bâtons des druides, et était offert aux hommes et aux femmes des villages afin de leur porter bonheur.

Le gui est une plante porte-bonheur du Nouvel An. On le trouve accroché en couronne sur la porte ou, plus traditionnellement, en lustre sous lequel on s'embrasse pendant le Jour de l'An.

La superstition du gui est ancestrale. Elle remonte au temps des Celtes. Le gui était une plante chère aux druides. D'ailleurs, souvenez-vous, dans les aventures d'Astérix, le druide Panoramix en coupe sur les chênes avec sa serpe d'or. Le gui fait partie des ingrédients pour préparer la fameuse potion magique

!



Animations



Au bon vieux temps du tourne-disques et des vinyles 45 et 33 tours

La terre est basse, mais quel bonheur de ramasser pommes et poires du jardin.



De bons légumes grâce à nos supers jardiniers



Nos cuisinières en pleine préparation d'un potage aux courgettes récoltées dans le potager.



Confinement oblige, concert en extérieur. À renouveler Sous le soleil.



Pas de Noël sans des sapins décorés. Beaucoup de participation des résidents pour créer des décorations.



Un petit plus cette année, l'EHPAD a participé à la décoration d'un sapin dans le bourg en partenariat avec la mairie, les écoles, les commerces, le foyer de vie

Lichouseries de Noël



Histoire des mendiants

Les mendiants font partie de la tradition provençale de Noël du « gros souper » servi le 24 Décembre avant la messe.



Ce « gros souper », qui n'en est pas un, suit des règles aussi strictes que symboliques : trois nappes blanches pour la Trinité (le Père, le Fils, et le Saint Esprit) , trois chandeliers blancs allumés, trois soucoupes de blé germé de la Sainte Barbe. Composé de sept plats maigres, en souvenirs des 7 douleurs de Marie, et de 13 desserts représentant la Cène des douze apôtres réunis autour de Jésus, ce gros souper compte parmi les repas les plus importants de l'année dans la tradition provençale.

Parmi les treize desserts se trouvent les quatre fruits secs de nos fameux mendiants au chocolat : La figue de Provence, le raisin de Malaga, l'amande et la noisette, aussi connue sous le joli nom d'aveline.

Chacun de ces fruits représente un des quatre ordres mendiants de l'église du Moyen-Age.

Vous vous demandez probablement ce que peut bien être un ordre mendiant. C'est un ordre religieux qui dépend exclusivement de la charité pour vivre, et qui se consacre ainsi pleinement à sa dévotion religieuse. Parmi ces différents ordres datant du XIIIe siècle, et représentés parmi les treize desserts, on retrouve :

Les Franciscains. Vêtus de longues tuniques à capuches brunes, ils sont représentés par le raisin de Malaga.

Les Carmes. Vêtus d'une robe marron, ils sont représentés par les avelines, ou noisettes.

Les Dominicains. Vêtus de blanc, ils sont représentés par les amandes.

Les Augustins. Vêtus de pourpre, ils sont représentés par la figue de Provence.



Les fruits à coques

Ces fruits ou graines arrivent à maturité sur l'arbre à l'état de fruits secs et peuvent se conserver plusieurs mois. Ils sont enveloppés d'une coque dure qui demande une certaine force pour s'ouvrir. D'un point de vue botanique, on parle de graine dans le cas de l'amande et de la noix et bien de fruit ou akène chez la noisette ou la châtaigne. Dans tous les cas, les parties consommées sont les cotylédons contenant les réserves utilisées par la plante lors de sa germination.

L'amande se mange fraîche ou séchée. Les premières amandes douces fraîches de la saison se dégustent en dessert. Fraîche, elle est croquante, juteuse et légèrement âpre. Sèche, elle est ferme, cassante, sucrée et légèrement amère. La graine séchée peut être entière, grillée, effilée, pilée, mondée, en pâte, en crème ou en lait ; elle se consomme telle quelle ou entre dans la préparation de nombreux gâteaux.

C'est l'un des 13 desserts du Noël provençal, qui comptent également le nougat, dont elle est un des principaux ingrédients. Elle se mange aussi en dragée, en praline, calisson, touron ou en fruit déguisé, dans la frangipane ou la pâte d'amande (ou massepain). L'amande est un constituant important des pâtisseries orientales (baklava, briwat, etc.). Elle accompagne le poisson (truite), la viande (poulet, pigeon) et diverses préparations (couscous, farces, beurres composés).

La noisette peut être directement croquée, en apéritif par exemple ; elle fait partie du mélange appelé *mendiant*. En Provence, elle fait partie *des 13 desserts du grand souper de Noël* Le gâteau creusois, spécialité du Limousin, est une pâtisserie aux noisettes renommée. On ouvre les noisettes à l'aide d'un casse-noisettes.

Les noix fraîches ou sèches peuvent se consommer directement comme fruits secs. On les casse à l'aide d'un casse-noix, d'un marteau, d'une pierre ou des mains.

Les cerneaux sont utilisés dans la cuisine pour agrémenter des salades, des pâtisseries, mais aussi préparer de la confiture. Les noix entrent également dans la composition de divers aliments transformés : pain aux noix, fromage aux noix, miel aux noix, confiserie, charcuterie, liqueur, apéritif...



Histoire de la bûche de Noël au chocolat

L'origine de la bûche de Noël remonte au XVIIème siècle, dans l'Europe entière. Elle vient de la coutume qui voulait que, la veille de Noël, **une énorme bûche de bois, dite bûche de Noël**, soit ramenée dans chaque maison : c'était presque un cérémonial. L'essence du bois, la façon d'allumer la bûche et la durée de sa combustion formaient un rituel dont chaque région avait ses particularités.

Et le lendemain, lors de la veillée de Noël, elle trouvait sa place dans la cheminée ; le chef de famille l'enduisait d'huile, de sel et de vin cuit en récitant des prières de circonstance.

Ensuite, elle était allumée soit par les jeunes filles de la maison, soit par la mère. Lorsqu'elle s'était entièrement consumée, on gardait les cendres de la bûche car elles étaient censées avoir la propriété de protéger la maison de la foudre ainsi que des pouvoirs maléfiques du diable.

En France, cette tradition a prévalu jusqu'au cours du XIXème siècle, période au cours de laquelle les poêles ont commencé à remplacer les grands âtres de cheminées ! Du coup, on a remplacé la grosse bûche par une petite bûche de bois décorée qui venait décorer la table de Noël.

De fil en aiguille, **la bûche de Noël s'est transformée en pâtisserie symbolique de Noël pour perpétuer la tradition** ! Qu'il s'agisse d'un gâteau roulé, de crème au beurre ou autre, elle est très souvent recouverte d'un glaçage au chocolat pour imiter l'écorce d'une bûche !



Recette des mendiants

Ingrédients :

- 200 g de chocolat au lait, et/ ou noir et/ ou blanc
- Oranges confites en lamelles ou en cubes
- Noisettes
- Amandes
- Pistaches
- Noix de pécan
- Brisures de spéculos



Faites fondre le chocolat au bain marie ou au micro-ondes

Disposez sur une plaque recouverte de papier cuisson des cuillères à soupe de chocolat espacées

Étalez finement le chocolat en cercles (sur 2 ou 3 mm seulement)

Déposez des garnitures dessus, soyez créatifs :) Noisettes, pistaches, noix, noix de pécan, cranberries, brisures de spéculoos ou de meringue, etc.

Laissez prendre au froid, idéalement quelques heures pour bien figer le chocolat et les garnitures

Dégustez ou offrez

Recette du noisetier

Ingrédients :

- 115 g de noisettes grillées et émondées
- 115g de vergeoise
- 20 g de maïzena
- 3 g de levure
- 1 pincée de fleur de sel
- 4.5 cl de lait demi-écrémé
- 3 œufs



Préchauffez le four à 170°C(th.5-6). Mixez les noisettes, le sucre, la maïzena, la levure et le sel. Ajoutez le lait et les œufs. Versez la préparation dans des moules individuels et enfournez 20 min env.



Janvier

Mr RAGIL René
Mme ROIGNANT Jeanne
Mr MARTIN Joseph
Mme TROADEC Marie
Mme KERDILES Eliane
Mme BARON Adrienne

Février

Mme DANTEC Marie
Mme LE MENN M-Thérèse
Mme POULIQUEN Maria

Mars

Mme HAMON Marie-Josèphe
Mr TREVIEN Jean-Louis
Mme LE BOURG Odette
Mme PENNEC Yvonne
Mme DUHAMEL Suzanne
Mme LE HIR Gabrielle
Mr HAMON Bernard
Mme LE RÛE Madeleine

Degemer mat

Mr LUCAS Paul, Mr MARTIN Joseph, Mr OLLIVOT Jean-Paul, Mr AUTRET Paul,
Mme ROIGNANT Lucienne, Mme LE BOT Anne, Mme JOUBERT Henriette,
Mr HERRY Jean, Mme LE MENN M-Thérèse, Mme LE RÛE Madeleine

Kenavo

Mr YVINEC François, Mme PAUL Alice, Mme LE DENN
Louise, Mme CORRE Solange, Mr AUTRET Paul,
Mme DENNIEL Jeannine, Mme CREIGNOU Emilie,
Mme KERDILES Ernestine, Mme EUZEN Yvette

