

La vie des Halles

Bonne
Humeur

Narbonne

Un centre qui s'adapte.

Devant l'évolution des mœurs de consommation, avec l'évolution des déplacements en ville et face à une recherche de nouveaux équilibres adaptés, les villes se doivent de proposer de nouvelles solutions. Pour les déplacements et le flux des populations (de plus en plus nombreuses en périphérie) mais aussi pour rendre la ville plus agréable à vivre aux habitants du centre et à ceux qui viennent de l'extérieur. Un partage intelligent et évident qui demande à tous un petit effort d'adaptation.

Narbonne n'échappe pas à la règle et dans ce cadre, le nouveau plan de déplacement urbain présage de nouvelles pratiques. Organisé autour des Halles, centre névralgique de la ville, il affirme un peu plus l'identité essentielle du marché couvert pour la vie du centre. Car outre le marché couvert et les 70 commerces que l'on y trouve quotidiennement, les Halles sont aussi un lieu de vie sociale à nulle autre pareille. Le cœur d'une ville qui donne tout son sens à l'identité de la ville.

Christophe
Donnet

Journal d'information
sur l'actualité des Halles
et des produits audois
N°2 juin 2006

Histori'Halles

Portrait
d'étalier

La pèlardon dans
tous ses états





Première semaine de la "Fraich'attitude"

La "Fraich'attitude" a pris les narbonnais

■ Gros succès populaire pour la première semaine "Fraich'attitude" initiée par l'association des commerçants et artisans des Halles. Démarrée littéralement en fanfare avec un défilé des Confréries de bouche depuis la mairie jusqu'aux Halles en passant par le CCAS où un plantureux buffet de fraîcheur attendait les confrères, l'opération s'est poursuivie toute une semaine. Au menu : exposition aux Halles et aux CCAS, potager dans la Cour de l'Hôtel de Ville, dégustations pédagogiques de jus de fruits et de légumes dans les Halles, sensibilisation dans les écoles et dans les maisons de retraite, menus spéciaux dans les restaurants... la ville a vraiment pris un coup de fraîcheur diététique. Car au-delà de la fête et de l'animation, le message reste la prise de conscience de l'intérêt nutritionnel à consommer des fruits et légumes frais et de saison. Ce sont eux qui garantissent les meilleurs apports et qui font vivre nos agriculteurs de la région. Et pour finir en beauté cette semaine, les primeurs des Halles se sont rendus au stade pour le dernier match du RCNM face à Biarritz. Ils ont réalisé là une anchoïade pour 1200 personnes dans le cadre des réjouissances d'après match.. ■

Remise des prix

■ La semaine de la "Fraich'Attitude" s'est achevée dans l'allégresse avec la distribution de nombreux lots comme des paniers fraîcheurs, des tee-shirts, des radios-fraises et le désormais célèbre cabas "Victor" qui fait florès aux Halles. ■



Stéphane Romain, grand animateur des Halles, découvre avec bonheur la radio-fraise offerte à la tombola de la "Fraich'attitude". Comme quoi, les Halles aident aussi à garder son âme d'enfant.



Des cabas pour tous



■ Dans le cadre de la semaine pour le développement durable qui prend de plus en plus d'ampleur et semble sensibiliser désormais toutes les générations, les Halles ont apporté leur contribution active. 5 000 cabas en tissus de

belle facture, offerts par la ville, y ont été distribués avec le concours de l'association Narbonne Environnement. Une opération qui remporte toujours un vif succès et permet une prise de conscience des consommateurs sur la problématique des emballages. ■

Mille solutions pour réduire les emballages

Entre le cabas, le caddie, le panier, le sac isotherme, le cageot, la poussette, le carton... il y a 1001 solutions pour réduire les emballages perdus au marché. Il suffit d'y penser.



Je trie, tu tries, nous trions...



Les emballages représentent plus de 50% du volume de la poubelle.



■ L'association des étieliers s'engage au quotidien dans la préservation de l'environnement. Elle l'a une fois encore exprimé lors de la semaine du développement durable avec une opération de

sensibilisation sur le tri des déchets et les différents dispositifs de récupération d'eau de pluie et autres composteurs. C'est l'occasion de rappeler que la communauté d'agglomérations de Narbonne propose des composteurs pour la modique somme de 10 € et des récupérateurs d'eau de pluie à 20 €. Il suffit de s'adresser les lundis et vendredis de 9h à 12h à la CAN (Communauté d'Agglomération de la Narbonnaise) qui prend le reste à sa charge ■

Appel aux annonceurs

Soucieux de défendre une éthique du commerce, "La Vie des Halles" est ouvert exclusivement aux annonceurs qui entretiennent des valeurs autant dans leurs produits que dans la façon de les proposer.

Contact : 06 60 06 20 33

Email : vie-des-halles@wanadoo.fr

Retrouvez également toute l'actualité des Halles sur le site Internet de l'association des étieliers : www.narbonne.halles.fr

"La Vie des Halles de Narbonne" est une publication de LG Editions en partenariat avec l'association des commerçants des Halles de Narbonne.

Adresse : 3, place de l'Oratoire - 30900 Nîmes.
Conception et réalisation : Christophe Donnet

Dépôt légal à parution

Numéro gratuit interdit à la vente
Contact : vie-des-halles@wanadoo.fr



Les boulevards changent de sens

■ Devant l'engorgement de la ville à cause des voitures, la municipalité a décidé de modifier le plan de déplacement urbain (PDU). Une initiative audacieuse tant on connaît la difficulté de changer les habitudes. La volonté affichée est de réduire le nombre de véhicules en centre ville tout en favorisant l'accès par d'autres moyens (navettes gratuites, vélos, zones piétonnes élargies...). Il s'agit également de rendre une cohérence globale face à l'extension des zones d'habitations en périphérie.

Nous vous livrons ici le nouveau plan de circulation qui prendra effet le 26 juin. ■

Une exposition sur le nouveau PDU est visible jusqu'au 30 juin à la Salle "Entre deux villes" (ancienne bibliothèque), avenue Jean-Jaurès.

Du lundi au samedi de 10h00 à 12h00 et de 14h00 à 18h00. Les services techniques de la ville sont présents les mardis et jeudis de 14h00 à 16h00 pour répondre à toutes les interrogations.

Echos de citoyens au sujet du PDU

Le pas très content :

« En tant que Narbonnais de souche, je l'aurais fait, mais dans l'autre sens ».

Un passant anonyme

Le tempéré

« Il faut d'abord voir ce que ce sera... dans une ville, il faut parfois du changement... et on ne peut pas satisfaire tout le monde... ».

Pascal du "Snack bar central" aux Halles

Le philosophe

« Je ne circule pas, mais le tout est de s'habituer ».

Un hallier ancien

Rendez-vous le mois prochain pour les premiers échos concrets.

BOUCHERIE - TRIPERIE - CHARCUTERIE

Michel & Viviane MESTRE

Spécialité Brochettes et Tripes Maison

Halles Centrales - 04 68 32 43 94

BIO-NATURE

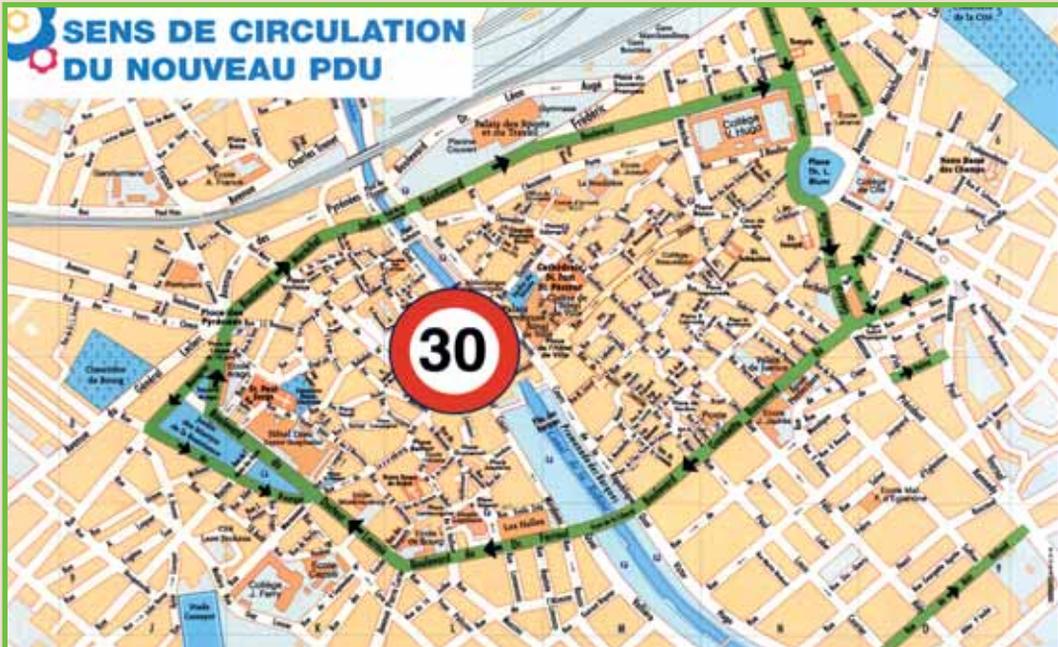
VOTRE MARCHÉ BIO dans les HALLES DE NARBONNE

Spécialité PRODUITS FRAIS

Livraisons à Domicile
Tél. 04 68 90 65 25

Le matin

SENS DE CIRCULATION DU NOUVEAU PDU



UN TEMPS D'ADAPTATION SERA NÉCESSAIRE À CHACUN DE NOUS AFIN DE NOUS HABITUER À LA CIRCULATION EN SENS UNIQUE.
VOICI QUELQUES SOLUTIONS SUR DES CAS PRÉCIS.



Cas n°1 :

En voiture, je suis à la place des Pyrénées et je souhaite rejoindre les Halles.

Solution 1 : Suivez le sens unique et contournez le cœur de ville.

Solution 2 : Jusqu'à 11h du matin, vous pouvez traverser le cœur de ville par la rue Jean Jaurès et le cours de la République.

Solution 3 : vous rejoignez le quai Vallière par l'avenue du Général Leclerc, puis Bd Maraussan, puis Bd La Mayolle.

Solution 4 : Selon le schéma ci-contre vous rejoignez la rue de Turenne par le Bd Leclerc ou la rue Mazagran puis vous suivez la rue d'Oslo et la rue des Arts qui vous amène au quai Vallière.

Cas n°2 :

En voiture, je loupe l'entrée du parking Place E. Digeon ou je ressort de ce même parking par derrière la Caisse d'Epargne, sans avoir trouvé de place de stationnement.

Solution 1 : vous récupérez le Bd de la Mayolle par la route de Lunes et vous rejoignez le quai Vallière au niveau du pont de l'avenir.

Solution 2 : vous empruntez la rue Yvan Pelissier puis la Rue des Arts pour rejoindre le quai Vallière comme indiqué sur le plan. Afin d'éviter ces détours, préférez le stationnement au parking souterrain "Halles Mirabeau". Il est toujours pourvu de places et la tarification est la même qu'en surface : 0.90€/Heure. (la Carte Atout Coeur de ville y est même acceptée)





Du soleil au cœur des Halles

■ Quand on passe devant ce bel étal coloré de l'allée centrale, c'est avant tout les parfums de Provence qui vous envahissent. En fermant les yeux, on pourrait entendre les cigales chanter dans un champs de lavande ou une oliveraie. Et là, on chauffe, on brûle même puisque qu'au "Brin de Provence" on trouve l'olive dans tous ses états. Cathy et Rudy sont en effet de jeunes ambassadeurs des saveurs du midi avec pas moins de 25 types de préparations d'olives de différentes espèces. La Lucque locale bien sûr mais aussi la Picholine du Gard, les grosses Madrilènes ou Violettes, les cocktails Provençaux ou encore les Sévillanes à l'ail et au basilic... tous



les goûts seront satisfaits pour des apéritifs qui sentent bon le Sud. Et pour rajouter du piment, la Maison propose également une large gamme d'épices et de condiments qui donnerait de l'inspiration au cuisinier le plus néophyte. Une belle gamme de fruits secs et de fruits confits complète l'offre de cet étal ensoleillé par le sourire de Cathy et de Rudy qui vouent une véritable passion pour le fruit de l'arbre de la paix.

On peut également faire le plein d'huile d'olive grâce à la vente en vrac de ce précieux nectar. Enfin, Cathy s'est spécialisée dans la confection de savoureuses tapenades aux olives vertes, noires ou même à la tomate. Excellent sur de petits toasts.

Venu du Gard pour s'installer aux Halles de Narbonne en 2000, le couple a su trouver ses marques dans le marché couvert où il reconnaît avoir reçu un accueil chaleureux à l'image des Halles. Et même si le travail est contraignant -Cathy et Rudy ne se sont offerts qu'une semaine de vacances en 6 ans- c'est dans la bonne humeur qu'ils prennent possession de leur étal chaque matin. Et dans les rares moments de répit, Cathy peint les paysages qui l'entourent pendant que Rudy se détend avec une bonne partie de pétanque. Un couple radieux qui met du soleil dans le marché couvert. ■

" Un brin de Provence "

allée centrale - Halles de Narbonne.

Ouvert tous les jours sauf le lundi (tous les jours en juillet et août). Tél : 06 62 78 22 92.





Félicit'Halles !

■ Nouveau "bébé des Halles" grâce à Mylène et Sébastien PERNIN (PERNIN VOLAILLES) qui viennent d'avoir une petite fille. Ses mensurations lors de sa venue au monde le 24 mai 2006 : 50 cm pour 3,550 Kg et elle s'appelle Iris. Elle et sa maman se portent bien. Félicitations à la famille ■

Une association au cœur des Halles

■ Si les Halles de Narbonne sont le théâtre de nombreuses animations tout au long de l'année, c'est qu'il y a derrière une association dynamique qui regroupe 49 des 70 étaliers du marché couvert. Présidée par Jackie FRANCES et animée par Stéphane Romain, cette association fait preuve d'une énergie et d'une créativité rares pour rendre les Halles encore plus accueillantes tout en apportant activement des informations sur les produits de saison. L'expression vivante du vieux dicton : " l'union fait la force ". ■

Remise des prix du Printemps du Commerce 2006.

■ Nouveauté cette année : les commerçants du Bd du Dr Ferroul se sont joint à l'asso des Halles pour cette remise des Prix.

Au total 75 bons d'achat de 15 € (soit 1 125 €) sont venus récompenser les nombreux participants. La remise s'est clôturée par le traditionnel verre de l'amitié.

Le rendez-vous est déjà pris pour le prochain Printemps du commerce en Avril 2007. ■



Les lycéens investissent le centre

■ Moments de rencontres, de partage et de prises de conscience pour des centaines de lycéens du narbonnais. Dans le cadre du Salon Littérature Jeunesse, ils ont présenté leurs travaux réciproques dans une atmosphère conviviale en plein cœur de ville. Où l'art de redécouvrir la fonction des lieux de vie. ■



Un potager à la mairie

■ Les Jardiniers de la ville se sont démenés pour installer un riche potager dans la magistrale cour de l'Hôtel de ville. Toutes les espèces végétales et légumières de la région ont donné des airs de grandiose potager à ce lieu séculaire. Ce potager a été installé dans le cadre de la semaine de la " Fraîch'Attitude ". ■





Le Pélardon



■ Depuis le début du siècle, le Pélardon est présent sur le grand plateau des fromages de France en entrant dans la très sélecte famille des fromages classés en " Appellation d'Origine Contrôlée ". C'est par décret du 26 août 2000 qu'après des années de combat de quelques agriculteurs passionnés, le petit palet blanc a reçu le précieux label. Un label contraignant pour le producteur mais qui garantit une identité de goût et de qualité du produit. Aujourd'hui 130 éleveurs de chèvres sur 5 départements produisent du Pélardon en AOC. Avec des cheptels d'une cinquantaine de têtes, les producteurs restent majoritairement de petites structures souvent familiales. Le plus souvent, c'est Monsieur qui va s'occuper des animaux pendant que Madame fabrique le fromage et va le vendre sur les marchés. Des entreprises agricoles artisanales qui jouent un rôle prépondérant dans l'aménagement et l'entretien du territoire tout en produisant un fromage des plus sains.

Son Histoire et l'origine de son nom

Déjà à l'époque romaine on évoque la présence de fromage de chèvre du Languedoc sur les nobles

tables. Mais les premières traces d'un " petit fromage rond et plat " venu des Cévennes sont retrouvées au 18e siècle. Au début, son nom variait d'un village à l'autre passant de Paraldon à Péraudou ou Pélaudou et Pélardon. A la fin du 19e siècle, on adopte définitivement le nom actuel. Compte tenu de l'accès difficile des premières zones de production, il mettra du temps à s'imposer hors de la région. Aujourd'hui, après des années de combat de jeunes producteurs, il a pénétré dans la cour des grands du fromage en France grâce à l'obtention du label AOC en 2000.

L'AOC : les règles de l'art

Outre les délimitations précises du terroir qui couvre l'Aude, le Gard, la Lozère et le Tarn, l'AOC exige du lait produit par 3 races de chèvres : les Saanens, les Roves et les Alpines. Pour les élevages qui pâturent à moins de 800 mètres d'altitude, les chèvres doivent se nourrir en plein air pendant minimum 210 jours et 180 jours pour celles qui pâturent au-dessus de 800 mètres.

Après la traite, le lait est ensemencé en ferments lactiques issus de la fabrication précédente. Le caillage dure au moins 18 heures avant que le caillé frais ne soit moulé exclusivement en faisselles à la main. Au

repos, l'égouttage naturel dure 24 heures pendant lesquelles une des deux faces sera salée. Le fromage est démoulé et passe à l'affinage à une température de 8 à 16° et une hydrométrie de l'ordre de 85 à 95 %. Il est retourné au moins tous les deux jours. Il est interdit d'utiliser des bains de saumure pour saler le fromage. Seul le sel sec peut être utilisé.

Il faut minimum 11 jours d'affinage après l'emprésurage pour pouvoir commercialiser le Pélardon.

Ses spécificités

On réalise 2 Pélardons avec 1,5 à 2 litres de lait frais de chèvres.

Le terroir constitué de garrigues et de moyennes montagnes garantit un lait frais de grande qualité. La croûte doit être blanche, fine et légèrement striée. La pâte est blanche et, suivant l'affinage, peut devenir plus foncée. Après 11 jours d'affinage, le fromage est crémeux avec un petit goût de noisette. La pâte devient plus cassante et le goût plus prononcé après 3 semaines. La croûte peut alors laisser apparaître quelques tâches blanches et bleutées. Ce processus est tout à fait naturel.

Le Pélardon comme la plupart des fromages de chèvre est très digeste.

Les "anciens" le laissaient volontiers "mûrir" de longs mois avec des épices diverses, de l'huile ou d'autres secrets de famille.

Comment le consommer

Le Pélardon est véritablement un fromage qui peut accompagner tous les instants du repas. Froid ou chaud sur une salade à peine vinaigrée, en entrée ; dans une préparation en farce de volaille par exemple et bien évidemment sur le plateau de fromages. Un peu plus sec et coupé en 4 morceaux, il fait merveille à l'apéritif.

Idées dégustation

Le "classique" : une larme d'huile d'olive et un peu de poivre du moulin sur une feuille de salade.

Le "garriguois" : recouvert d'une fine couche de miel de Garrigue sur un Pélardon mi-affiné.

L'"audacieux" : avec quelques brins de thym et quelques noix broyées, passez sous le grill quelques minutes. Servir sur un nid de roquette de Provence. ■



Pour être certain de manger un véritable Pélardon, exigez le macaron A.O.C. que le fromager doit vous présenter avec le fromage. Pour rappel, le label A.O.C. repose sur un cahier des charges très précis. Il délimite un territoire et des modes d'élevage et de production traditionnels qui garantissent la qualité et les spécificités du produit.

PROMO

Grande variété de SAUCISSES* à Griller

3 KG Achetés = 1 KG Offert

★ Fabrication Maison

Offres valables jusqu'au 31 août 2006

OFFRE du MOIS

PAËLLA* : 6€ /portion

8 portions achetées = La Poêle Offerte ou la 9^{ème} part offerte

Halls Centrales : 04 68 32 32 77 - 1, Allée Ambrosia : 04 68 41 32 00

Le mois dernier, nous avons vu comment la municipalité a décidé en 1871 de réunir sous un même toit les différents marchés de la ville pour des raisons d'hygiène et économiques. Vint ans plus tard, elles vont sortir de terre.



L'entrée des halles en 1904



Deuxième épisode :

■ Le constructeur des Halles, André GABELLE, avait proposé le remplacement sur les façades du monument des 2 portes monumentales en fer et faïences par 2 portes en pierre avec écussons, moulures et sculptures.

La Commission des travaux publics, après examen de cette proposition est d'avis qu'il conviendrait d'établir 3 portes monumentales en pierre, dont l'une sur la grande façade du boulevard de la Liberté (bd Ferroul) et les deux autres sur les deux petites façades principales. Le conseil municipal se rallie à cette proposition d'autant plus que cette modification " contribue à l'ornementation et à l'embellissement des Halles et que le constructeur prend à sa charge les frais de modification de deux portes sur trois ". Le 25 mai 1900, la municipalité Ferroul décide de modifier la distribution des eaux aux Halles.

Initialement il avait été prévu une fontaine monumentale à quatre jets, au centre du bâtiment, c'est à dire à la jonction des axes des allées centrales. Considérant que la fontaine

monumentale à quatre jets, construite au centre des Halles, " serait une gêne pour la circulation et surtout qu'étant donné les grands vents régnant dans le pays une humidité constante ne cesserait de régner autour de la dite fontaine ", le conseil municipal décide alors le remplacement de cette fontaine par quatre bornes fontaines à placer : deux dans l'intérieur, à savoir l'une à l'angle de la poissonnerie, l'autre à l'angle de la porte des cases des bouchers; deux autres à l'extérieur sur le trottoir du boulevard de la Liberté, une à chaque extrémité du bâtiment. Au début du mois de novembre 1900, les travaux de construction achevés, la commission des Travaux Publics effectue la visite de réception. Il apparaît alors que certains travaux n'étaient pas conformes aux prescriptions du cahier des charges. Ne semblaient pas conformes :

- Les cimentages,
- Les quatre grandes portes d'entrée
- Les boiseries.

Le 13 novembre 1900 la ville et le constructeur décident de se soumettre à un arbitre unique, un expert désigné par le Président du Tribunal Civil de Narbonne. Le 16 novembre 1900, le conseil municipal autorise

l'Administration à soumettre le différend qui existe entre Narbonne et André GABELLE à un arbitre unique qui apporta très rapidement une solution.

Le 24 novembre 1900 le conseil municipal approuve le premier règlement qui doit régir les nouvelles Halles. Par arrêté municipal la mise aux enchères des places de la nouvelle halle a lieu le 15 décembre 1900 et est définitivement close le 23 décembre à 16 heures.

Le 1^{er} janvier 1901 le nouveau marché couvert de Narbonne ouvre ses portes au public. ■



Vue des halles en 1917

Une histoire de fidélité



Suite au premier numéro de " La Vie des Halles ", nous avons reçu un courrier touchant d'une poétesse Narbonnaise, fan des Halles depuis plusieurs générations. Nous vous retranscrivons ici le regard sensible de Marie-Antoinette Rouve-Boisson sur le marché couvert.

" Les Halles de Narbonne... mon mari et moi, nous connaissons, nous apprécions, comme ma mère et ma grand-mère avant moi. Un haut lieu de la qualité et de la variété des produits. Cette vitalité, cette convivialité, cet esprit de fidélité aux choses du passé, ces commerçants qui de père en fils, de mère en fille perpétuent un engagement, un enracinement dans le terroir de leur origine... C'est une belle histoire. Et les émouvantes photographies des façades font toujours battre mon cœur ".

■ Marie-Antoinette exprime là un attachement profond et viscéral pour " sa " ville de Narbonne. Une ville que la vie l'a amené à quitter fréquemment pour raisons professionnelles mais qui a toujours été son " repère " et le plus " grand capital de souvenirs " de son enfance. Les couleurs, les gens, les saveurs des Halles participent de ces souvenirs immuables. Après 30 ans d'enseignement à Nîmes et à Béziers, elle revient donc s'installer à deux pas des Halles avec une volonté de transmettre l'amour qu'elle porte pour Narbonne, ses monuments et sa personnalité. Deux recueils de poèmes et un roman plus loin, Marie-Antoinette n'a pas fini d'explorer la richesse de son terroir. Elle prépare en ce moment un troisième recueil poétique sur la ville. Et déjà, elle sait que les Halles y tiendront une place à l'image du poème écrit en 2001 et qu'elle nous livre ici en avant-première. D'autant plus qu'en voisin, Charles et Marie-Antoinette passent quotidiennement au marché couvert. Pour le " remarquable achalandage " bien sûr, mais aussi pour le plaisir d'échanger quelques mots avec des étaliers connus de longues dates. Chez les Rouve-Boisson, on appelle les étaliers par leur prénom. Signe d'une sympathie partagée que Marie-Antoinette transcrit avec une émotion sincère dans ses écrits. ■

*Poésie inédite de Marie-Antoinette Rouve-Boisson
à l'occasion du centenaire des Halles en 2001.*

Visages du passé aux Halles centenaires

*Nous avons depuis peu des Halles centenaires...
Quelques années plus tôt, pour leur rénovation,
Elles furent ornées de photos légendaires
Qui forcent, du chaland, la mobile attention.*

*Pour ma part, contemplant ces visages mythiques,
J'entends venus de loin les échos de leurs voix.
A travers leurs regards gais ou mélancoliques
Un monde enseveli soudain s'adresse à moi.*

*Sur cette affiche, au coin, si c'était mon grand-père,
Cet homme avec casquette et nœud papillon noir,
Moustache bien taillée et le regard austère ?
Il ressemble au cliché de l'album à fermoir.*

*Cette enfant au manteau avec col de fourrure,
Qu'est-elle devenue « après guerre » et plus tard ?
Elle n'a jamais su que sa fraîche figure
Serait là, exposée sur les Halles Baltard.*

*Tous ont pris le chemin menant au cimetière
De Bourg ou de Cité. Mais, conjurant l'oubli,
Leur photo respalme sous le fronton de pierre
Du marché narbonnais qui les a anoblis.*

*Gens d'un siècle tout neuf avant que deux carnages
Viennent vous déchirer et rompre tant de liens
Inconnus rassemblés sur cette belle image,
Vous êtes devenus, des Halles, les gardiens.*



En famille " Chez Jo Gonzalez "

■ Pour les amateurs de viande de (très) grande qualité, Jo est une référence depuis plus de 30 ans. C'est en effet en 1968 que l'ancien vice champion olympique de boxe aux JO de Tokyo et plusieurs fois Champion de France pose ses valises et ses gants de boxes pour mener un nouveau combat au service des gens. Surnommé " Jo la foudre " à l'époque où il semait noblement KO sur KO sur tous les rings du monde (45 KOs pour 55 combats Pro), le boxeur s'est métamorphosé en " Jo le feu " depuis qu'il régale le tout Narbonne et bien au-delà avec des grillades d'anthologie. Quelques habitués n'hésitent pas à venir de Toulouse, Béziers ou même de l'étranger pour faire une halte chez Jo et sa famille. Jo a en effet su transmettre les valeurs du bon goût et de l'accueil à ses trois enfants dont Chrystel et Nadia qui assurent aujourd'hui le quotidien du restaurant.

En Narbonnais revendiqué - " j'aime pas la mer, j'aime pas la montagne, j'aime Narbonne " - ce puncheur dégage une grande tendresse à l'image des viandes qu'il choisit sur pièce et qu'il découpe lui-même pour en tirer le meilleur.

Hallier devant l'éternel, il ne rate pas son rituel passage aux Halles chaque matin vers 7h15. " J'y vais toujours à jeun pour boire le café " lance t'il avant d'avouer qu'il se sent comme " un gars des Halles ". Pour l'ambiance, pour le plaisir de rencontrer de vieilles connaissances, pour se ressourcer, Jo a besoin de

cette immersion. Comme il a besoin de retrouver la chaleur du feu qui fait griller les tendres viandes qu'il prépare pour une clientèle fidèle qui fait vite partie de la famille. Car chez Jo, pas de chichis ou autres contournements. C'est du direct avec entrecôtes, côtes de porc ou magrets grillés à la demande dans les règles de l'art. Accompagnées de sauces ou juste grillées pour les puristes, chez Jo, on ne lésine pas sur la qualité et la quantité des viandes.

En entrée, une belle palette de salades composées est là pour ouvrir les grands appétits.

En bon Narbonnais qui se respecte, Jo propose des vins qui jouent allègrement les richesses de la région avec des Corbières de premiers choix par exemple. Aucun doute que la continuité et l'esprit du lieu seront assurés encore longtemps grâce à l'esprit que Jo a su transmettre à ses enfants. ■



Restaurant-Grill " Chez Jo Gonzalez "
Route de Perpignan - 11100 Narbonne.

Terrasse ombragée.
Tél : 04 68 41 59 32.

Ouvert tous les jours midi et soir sauf le dimanche.
Services de 11h30 à 14h00 et de 19h30 à 23h00.
Menu le midi à 17 € (entrée, plat, fromage ou dessert).

PERNIN VOLAILLES
Le Clos de Foncalvy
Salaisons de la Montagne Noire



Nous sommes ELEVEURS !
et nos Oeufs sont
produits à la Ferme.

Halles centrale
11100 NARBONNE
Tél : 04 68 32 61 18
Mobile : 06 84 11 53 32





Idée'Halles

La recette de Marinette



Escargots à l'aïoli

Les amateurs comptent une cinquantaine d'escargots par tête.

D'abord la pluie

Une pluie dans la nuit et un " marinas couvert " le matin, sont parfaits pour en ramasser des centaines dans une matinée aux portes de Narbonne ou dans les Corbières. Et pas de " cloque-mol " ! La coquille doit être dure.

Puis faire jeûner les escargots trois semaines environ, en autorisant seulement du thym, du fenouil, du pain sec trempé dans du vin rouge.

Après le jeûne, la partie la plus longue et la plus fastidieuse, mais nécessaire. Il s'agit de nettoyer les escargots, de vérifier et d'éliminer ceux qui seraient morts. Pour cela : les laver d'abord en changeant plusieurs fois l'eau et en les frottant les uns contre les autres.

Enlever l'opercule si l'eau ne l'a pas dissout.

Facultatif mais utile : préparer vinaigre + sel + très peu d'eau ; mettre les escargots dans ce mélange, remuer puis rincer abondamment.

Pendant toutes ces opérations ils bavent abondamment.

La cuisson :

- Préparer un court-bouillon : un oignon piqué de clous de girofle, plus une branche de céleri, et bouquet garni (thym et laurier). Laisser cuire 20 mn environ.

- Plonger les escargots dans le court -bouillon. Temps de cuisson " *ça dépend* " dixit Marinette. Disons 3/4 d'heure environ. C'est le plus délicat, car les escargots doivent sortir un peu de la coquille... et être cuits à point.

- Egoutter les escargots.

La sauce Marinette :

- Faire revenir du jambon cru coupé en dés dans de l'huile d'olive de la région, ajouter 2 cuillères à soupe de farine, deux tomates et une persillade corsée. Avec un peu d'eau, saler, poivrer, plus un peu de piment de Cayenne .

- Laisser réduire à feu vif : la sauce doit être épaisse .

- Réchauffer les escargots dans cette sauce en les remuant avec précaution pour ne pas casser les coquilles.

L'aïoli :

- Préparer à l'avance un solide aïoli : ail pilé + pincée de moutarde + un ou deux jaunes d'œufs + un peu de sel. Monter l'aïoli avec l'huile.

Au moment, ajouter dans la casserole des escargots deux bonnes cuillères à soupe d'aïoli, remuer encore les escargots et réchauffer légèrement .

Servir bien chaud.

Il doit rester beaucoup d'aïoli pour que les convives puissent en rajouter à leur goût à mesure qu'ils retirent les escargots de leur coquille.

Conseil vin

Déguster avec un Fitou ou un vieux Corbières rouge de 5 ou 6 ans.

Jamais d'eau, car les escargots " *baraileraient* " dans l'estomac, nous précise Marinette

Bon appétit.





Régulièrement, "La Vie des Halles" rappelle les produits de saison que l'on peut trouver sur les marchés et dans les Halles. Une façon de valoriser notre agriculture locale, de se nourrir mieux et à moindre coût.

Fruits et légumes :

L'été nous rappelle chaque année les richesses incomparables de notre Région.

Ce mois-ci, on trouve donc du **melon** d'excellence venu des terres du Gard, de l'Aude et des départements voisins. A choisir bien ferme avec le petit pédoncule juste prêt à se détacher. Un léger parfum se dégage de sa peau épaisse. A déguster frais, nature ou avec des fruits rouges en salade de fruits, il se marie très bien avec les jambons crus de garde. Un mélange "sucré-salé" du meilleur aloi.

L'abricot est également en pleine maturité. Fruit fragile et goûteux, il supporte mal les déplacements. Il convient donc de le choisir "en local" où il est souvent cueilli au bon moment.

La **Pêche** blanche ou jaune commence à arriver à maturité. Délectation à savourer rapidement et sans concession.

N'oublions pas les **salades** et autres **Mescluns** de Provence qui nous apportent une belle fraîcheur en ce début de fortes chaleurs.

Viandes :

L'heure est aux grillades avec de merveilleuses **côtes d'agneau** aux saveurs prononcées ou des **faux filets** de bœuf labellisés. Une garantie d'avoir une viande nourrie au grand air dans les pâturages de printemps. Les **saucisses** et autres merguez artisanales sont également au meilleur rapport qualité/prix.

Poissons :

L'été, la Méditerranée offre le meilleur des poissons à chair bleue comme la **sardine** et le **maquereau** ou la **Lisette**, idéaux pour les barbecues légers. Les **moules** se prêtent à de merveilleuses "mouclades" au feu de bois.

Fromages :

Le printemps, c'est le temps des fromages légers et frais au lait de chèvre de la région. Comme le **Pélarodon** qui en cette période propose toutes les variétés d'affinage. Les **Tommes de Chèvre** et de **Brebis** font également merveilles qu'ils soient sur le plateau de fromages ou en salades. Des fromages inventifs traditionnellement produits dans les règles de l'art par nos agriculteurs. ■

Un Brin de Provence

Tout pour l'Apéritif !

Tapenades Maison
Epices du Monde
Huile d'olive au détail
Fruits secs

Halles de Narbonne - Tél : 06 62 78 24 02

Charcuterie - Plats Cuisinés - Spécialités Aveyronnaises

LA MERINVILLOISE

ALIGOT

TOUS LES JEUDIS

Pascal et Michel ENGUIX
Les halles centrales 11100 NARBONNE
Tél : 04 68 32 26 65
Midi : <http://www.merinvilloise.com>



La cote des Halles

Chaque mois, "La Vie des Halles" vous propose les prix moyens d'un choix de produits de saison. Une façon de comparer et de tordre le cou aux idées reçues. Selon plusieurs enquêtes, le rapport « qualité/prix » est toujours plus avantageux sur les marchés et dans les Halles... la convivialité en plus.

Fruits et légumes

- Tomates de Pays : 2,40 €/kg
- Tomate "Roma" : 2 €/kg
- Salade de pays : 0,80 ct/pièce
- Melon Extra Région : 2,40 €/pièce
- Melon "Charentais" : 3,50 €/kg
- Abricot de la Région : 4,50 €/kg
- Abricot de Coursan : 2,80 €/kg
- Pastèque sans pépins : 2 €/kg
- Pêches jaune et blanche : 2 €/kg
- Fraise Marat des Bois : 3,20/barquette

Viandes et volailles

- Merguez artisanales : 8,50 €/kg
- Saucisse fraîche : 7,10 €/kg
- Saucisse Maison : 8,50 €/kg
- Poulet fermier : 5,10 €/kg
- Poulet Paquet : 4,20 €/kg
- Canne : 5,34 €/kg
- Lapin : 8 €/kg
- Brochette (abats, volaille, magret) : 1,50 €/pièce

Poissons

- Sardines de Lamparo : 2,50 €/kg
- Sardines de Méditerranée : 1,80 €/kg
- Maquereau de Méditerranée : 2,50 €/kg
- Anguille : 14,50 €/kg
- Lotte : 22 €/kg

Fromages

- Brebis des Corbières : 26,80 €/kg
- Bouygnette du Tars : 3,80 €/pièce
- Pyrénées de Brebis : 19,60 €/kg
- Feta de Brebis : 16,90 €/kg
- Laguiole Vieux : 13,87 €/kg
- Pélardon AOC : 2 €/pièce
- Drin d'Amour (brebis) : 22,90 €/kg

Prix indicatifs variables selon le cours des produits et sans engagements.

Préférez en tout état de cause les produits de saison, ils sont toujours plus savoureux et moins honorés.

Boucherie - Charcuterie Familiale aux Halles
Nathalie et Lionel HACK



Spécialités "MAISON"

Saucisse sèche
(Nature, Noisettes et Foie)
GRELOTS aux NOIX
FOUET

Tél : 04 68 32 12 98

Hall' Dente

Halles de Narbonne
Allée Centrale
Côté Poisson

Ravioli Artisanaux
Pâtes fraîches
Gastronomie
italienne
Aurélia vous accueille
du Mardi au Dimanche

04 68 90 73 06
aurelia.houmont@wanadoo.fr

CASA DEL SOL

Le Traiteur
des spécialités
Méditerranéennes en
Poissons et Viandes
cuisinés à l'huile d'olive

Tél : 06 63 96 12 62
Livraisons à Domicile



VIAND 2000
Boucherie Chevaline René IZARD

Viande de cheval
1er choix
Saucissons de cheval
et d'Âne

Halles Centrales
06 73 47 00 92

