

SAINT-LUC Le gîte du Prilett propose une soirée de gastronomie japonaise.

Des plantes alpines revisitées



Keiko Imamura cueille du chénopode bon-henri (épinard sauvage). Les participants le dégusteront pour leur souper. DR

SONIA BELLEMARE

Entre deux stages au gîte du Prilett à Saint-Luc, l'ethnobotaniste bien connu François Couplan propose une soirée de gastronomie japonaise aux herbes des montagnes. «En invitant notre cuisinière japonaise Keiko Imamura, on voulait montrer que la cuisine japonaise, ce n'est pas seulement les sushis», sourit le spécialiste. En effet, celle qui est aussi maître de cérémonie du thé servira dimanche soir au Prilett un repas très élaboré et très raffiné. Elle se servira de plantes des Alpes telles que chénopode bon-henri, rumex alpin ou encore berce. Ce qui n'empêchera pas Mme Imamura d'apprêter avec art poissons et algues.

Ce repas s'inscrit dans un séjour de François Couplan avec ses élèves. François Couplan est spécialiste des utilisations traditionnelles

des plantes sauvages et cultivées, qu'il a étudiées sur les cinq continents. Le Valais est l'une de ses terres de prédilection pour ses

plantes sont vivantes. L'homme est programmé pour manger les plantes sauvages. Avec l'évolution, les cultures ont éloigné l'humain du sauvage.

nobotanique qui herborisent sur les cimes. Ceux-ci suivent une formation de trois ans. La semaine prochaine, c'est le grand public qui suivra ses traces.

Cela fait trente-deux ans que François Couplan fréquente le Valais, dont la moitié à organiser des stages à Saint-Luc. «On trouve dans la nature le meilleur remède pour se soigner. Et le meilleur remède pour se soigner, c'est la prévention, pardii!» Pendant ces séjours, tout le monde dort au gîte de Prilett et le souper est élaboré avec la cueillette du jour. Retour aux sources du sauvage pour quelques heures. D'autres stages sont organisés toute l'année par François Couplan et son équipe. ◉

Infos: www.couplan.com et contact@couplan.com



«**Pour enseigner aux gens, il faut les emmener sur le terrain à la rencontre des plantes.**»

FRANÇOIS COUPLAN RESPONSABLE DU COLLÈGE PRATIQUE D'ETHNOBOTANIQUE

stages. Il s'en déroule un en ce moment à Saint-Luc, et François Couplan en enchaîne un autre la semaine prochaine. «Pour enseigner aux gens, il faut les emmener sur le terrain à la rencontre des plantes. Ils doivent les toucher, les sentir. Les

Jusqu'à faire que nous ne mangeons presque plus que des aliments transformés par l'homme», regrette-t-il.

Depuis trois décennies

Cette semaine, ce sont ses élèves du Collège pratique d'eth-

FANG/ANNIVIERS

Fête patronale gourmande

Vous vous souvenez? L'an dernier la société villageoise de Fang avait décidé, à l'occasion de la fête patronale, de frapper un grand coup en organisant pour la première fois FangEpicuria, une manifestation gastronomique qui avait réuni un public de 75 gourmands autour du thème des saveurs d'antan.

Cette année, les mêmes passionnés remettent le couvert. Cette fois-ci, c'est le roi du verger, l'abricot, qui s'invite dans tous les plats cuisinés par Serge Antille, un viticulteur qui a plus d'un tour dans son sac. Sur sept stands, avec des départs toutes les 15 minutes de 17 heures à 19 heures, les gastronomes goûteront aux tajines, dessert et abricotine qui seront servis non pas dans des assiettes en carton, mais dans de la vraie vaisselle. On commence par le village d'en haut, et on cheminera tranquillement dans les hameaux.

Tout le monde aux fourneaux

En cuisine, tous les membres de la société villageoise mettront la main à la pâte depuis la veille. Et ils ne seront pas de trop, les

cinquante membres, pour nourrir cent personnes.

Le prix (40 francs par personne) inclut les vins, soigneusement sélectionnés par le maître-queux du jour.

La manifestation gastronomique FangEpicuria prend place dans la fête patronale de Fang. Celle-ci commence le samedi 26 juillet à 10 heures avec la messe. Elle se poursuit toute la journée avec des animations musicales, un sanglier à la broche à midi, la présentation à la cave à Berthe des vins de Saillon de Marc-André Rossier.

A la fin de la balade culinaire, vers 21 heures, le groupe Les Siamois (variétés des années 80) donnera un concert jusque tard dans la nuit.

Pour faciliter l'accès, l'organisation a prévu un bus navette à la demande, vers le village de Vissoie. Et en cas de pluie tout est abrité et des tentes peuvent être montées pour l'occasion. Les choses sont bien organisées et, dans ces conditions, rien ne devrait pouvoir gâcher la fête. ◉ **SB**

Infos: samedi 26 juillet à Fang. Inscriptions aux offices du tourisme du val d'Anniviers et sur le site: www.fangepicuria.ch



En 2013, le village de Fang avait vécu sa deuxième édition de FangEpicuria. On prend les inscriptions pour la troisième, fin juillet. DR

MÉMENTO

RANDOGNE/BLUCHE

Animations Dèzou. Vous avez du temps libre? Ou envie de rencontrer du monde? Alors rejoignez Dèzou chaque premier jeudi du mois de 14 à 17 h.

Cela se passe à l'ancienne école de Randogne.

Au programme, il y aura des parties de jass, des jeux de société, des partages, des échanges, des rencontres... C'est organisé par Anim' Randogne et Bluche.

GRIMENTZ

Firong. Le prochain firong se déroulera demain 4 juillet de 15 à 19 h à Grimentz. Les firongs grimentzards sont plus que de simples marchés. Chaque semaine, tandis que le vieux village s'anime avec les stands tenus par les artisans du coin, un thème différent vient animer le firong. Du mini-Grand Raid à la fabrication du fromage en passant par le toumoï de pétanque, on découvre d'une semaine à l'autre une thématique chère aux habitants du village annivier. Une occasion unique de découvrir les produits du terroir, les personnalités locales et les coutumes villageoises.

VEYRAS

Exposition: «Détoirages». Jusqu'au 31 août de 14 à 17 h l'exposition «Détoirages», conçue comme un dialogue entre passé et contemporanéité, met en lien les dessins de C.C. Olsommer et les interventions du groupe d'artistes Barbezat et Villettard.

GRIMENTZ Ce week-end, la station accueille sa 21^e Musique Populaire.

Ils feront danser et chanter la vallée

Pour la 21^e fois de son histoire, Grimentz accueillera son traditionnel rendez-vous de Musique Populaire. Ce sera les 5 et 6 juillet prochains.

La station anniviarde recevra une dizaine de groupes venus d'horizons différents. Ils seront réunis, l'espace d'un week-end, dans le même but: faire danser et chanter la vallée.

Comme le veut la coutume, les différents orchestres se produiront à la place de la Scierie mais également dans les cafés et les restaurants de Grimentz et de Saint-Jean. De quoi ravir la région et ses habitants. Mais pas seulement, si l'on en croit Marie-Paule Solioz, membre du comité d'organisation de la manifestation: «Nous avons des per-



Les Ber-Gex, les Potes du Biffé et les Chäly-Bueb ont mis le feu à la Musique Populaire, 20^e édition, de l'an passé. DR

sonnes qui se déplacent jusqu'à Grimentz expressément pour cet événement, notamment des cars de passionnés qui nous arrivent tout droit de France.»

Il faut dire que Grimentz est l'endroit propice à une telle rencontre musicale. Avec ses traditionnels Fifres et Tambours et les paysages typiques de la région, la musique populaire et folklorique sonne toujours juste dans ce coin du canton.

Les orchestres sont souvent très jeunes comme les Potes du Biffé et les Ber-Gex (ils sont sur notre photo). Ces deux groupes avaient mis l'ambiance à la 20^e édition de l'an passé. Les Ber-Gex seront d'ailleurs de nouveau de la partie, cette année. ◉ **CHRISTELLE DUMAS**