

## Le Mouvement des Foyers Ruraux

Depuis 1946, le mouvement des Foyers Ruraux a pour vocation de fédérer l'ensemble des associations impliquées dans l'animation et le développement du monde rural, dans le respect des valeurs de l'éducation populaire. Notre mouvement, à la fois socioculturel et sportif, rassemble des associations aux activités multiples : pratiques artistiques, diffusion culturelle, ateliers socio-éducatifs, environnement, patrimoine, solidarité, tourisme, centres de loisirs, clubs de jeunes, clubs sportifs...Chaque association affiliée est unique et indépendante, nous avons tous un projet commun :

**« Animer, développer et dynamiser le milieu rural »**

L'animation est la vocation première des Foyers Ruraux et associations du milieu rural : développer la vie des villages et des territoires ruraux, favoriser les échanges villes/campagnes, le partage et le "faire ensemble" des populations rurales.



**Fédération Départementale des Foyers Ruraux du Gers**  
44 rue Victor Hugo - 32000 AUCH  
Tél : 05.62.05.69.25 Mel : fdfr32@wanadoo.fr  
Site : [foyersruraux-gers.org](http://foyersruraux-gers.org)

## Recettes de villages qui bougent

ALIMENTATION ET PATRIMOINES LOCAUX - SAVEURS, TERRITOIRES ET TERROIRS

## Un projet fédérateur et collaboratif des Foyers Ruraux !



**« Recette de villages qui Bougent »**

Partagez vos savoir-faire en participant à la collecte de recettes autour des produits, saveurs et pratiques culinaires locales (d'hier ou contemporaine) afin de transmettre la richesse de ce patrimoine.



## Recettes de villages qui bougent



# > Un projet fédérateur et collaboratif des Foyers Ruraux !

Aujourd'hui, beaucoup de Foyers organisent des animations autour des produits et recettes de nos villages, des repas, moments de convivialité et de partage par excellence.

Enjeu de santé publique, l'alimentation revêt une dimension culturelle très importante. La géographie des usages est riche et le lien entre l'aliment et le terroir très fort.

## Les objectifs

Impliquer les Foyers Ruraux et les associations locales dans un projet collaboratif mettant en valeur les richesses, les savoir-faire et les savoirs des habitants. Permettre à chacun de s'approprier le patrimoine alimentaire de tous et d'en apprécier la richesse.

## Pour participer

Nous vous proposons de repérer des recettes, des saveurs, des pratiques culinaires locales, liées au patrimoine de vos territoires : recettes familiales d'autrefois ou d'aujourd'hui. Les recettes à base de plantes, apéritif, liqueurs etc... sont aussi les bienvenues.

Les recettes collectées feront l'objet de parutions sur le site internet des Foyers Ruraux : [foyersruraux-gers.org](http://foyersruraux-gers.org) dans la rubrique « Recettes des villages qui bougent » sous la forme de fiches techniques que vous pourrez consulter ou vous procurer sur demande auprès de la Fédération.

Suivant l'importance de la collecte, un recueil sera édité. Merci de nous les adresser par mel ou par courrier (coordonnées au dos de cette page).

## Exemple de recette de villages qui bougent

Foyer Rural de .....  
Recette de .....

### Poulet à l'Hypocras

#### Préparation

Placer à l'intérieur du poulet le bouquet de sauge avec la moitié de la crème.

Faire dorer le poulet de tous les cotés avant de verser l'Hypocras et couvrir.

Laisser mijoter à feu moyen à 200° pendant 1h 30  
Ajouter l'ail 1/4 heure avant la fin de cuisson.

Découper le poulet et verser le jus après avoir diluer le reste de la crème. L'ail en chemise servira de décor

#### Ingrédients

- 1 jeune poulet de 1,5 kg
- 1/4 litre vin Hypocras
- 1 bouquet de sauge
- 1/2 verre crème fraîche
- 10 gousses d'ail en chemise