



LA BOUTEILLE A LA MER

Réseau d'Échanges Réciproques de Savoirs de Gradignan M V M n° 82

Edito

L'histoire des RERS® est résumé à cette adresse :

https://rers-asso.org/wp-content/uploads/2025/12/Fresque_Histoire_des_RERSweb2025.mp4

FORESCO qui réunit les principes de fonctionnement des Réseaux a choisi comme thèmes de travail pour les 25 RERS qui ont participé à l'A.G. des 25 et 26 avril 2026 à Arpajon :

« Apprendre dans le Futur » : apprendre dans le futur cela sera quoi, comment... ? Et dans nos Réseaux ?

« Histoires de nos Réseaux, de notre Mouvement de l'histoire » : poursuivre, permettre la participation à ce projet.

« Notre Mouvement » par rapport aux défis actuels, quel avenir, quelle organisation ?

Il faut bien constater que notre réseau de Gradignan est bien loin de répondre à ces questions. Le PV de cet AG sera disponible sur le site de FORESCO : <https://rers-asso.org/> et en visitant les rubriques très bien documentées, vous pourrez peut-être mieux comprendre notre éloignement.

Nous continuons à nous rencontrer, pour la majorité, des anciens adhérents, dont les rangs diminuent périodiquement avec notre avancée dans la vie.

Les animateurs des échanges collectifs vont bientôt pouvoir prendre leur troisième retraite et malheureusement, les jeunes retraités n'ont pas les mêmes valeurs et ne prendront pas leur suite pour faire vivre encore longtemps notre association.

Enfin, profitons des énergies encore présentes pour continuer à faire vivre nos rencontres conviviales, et espérons...

Nous vous présentons les échanges collectifs pour lesquels nous avons reçu des témoignages,

- échanges culinaires,
- échanges Art floral,
- échanges créatifs.

Martine Obis

Sommaire

Édito – Echange créatif : bijoux de sac	P 1
Echanges culinaires	P 2
Echanges culinaires	P 3
Echanges Art floral	P 4

Les Prochains Rendez-vous :

SAMEDI 05 SEPTEMBRE 2026

Salle du Solarium - Forum des associations

SAMEDI 12 SEPTEMBRE 2026

Sur le site de Barthez : Un Air de Fête

DIMANCHE 20 SEPTEMBRE

Au Verger Refuge de Gradignan

Journée Portes ouvertes sur la biodiversité

Salle de LA GRANGE du château de Malartic

Sur rendez-vous auprès de Martine

les vendredis après-midi

de 14 h 30 à 16 h 45

(hors vacances scolaires)

Courriel : rersgradignan33@gmail.com

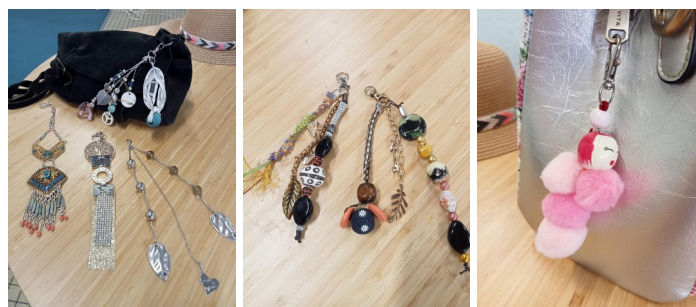
Jacqueline Cahoreau – 06 02 33 63 13

Martine Obis – 06 02 24 24 44

Pour vous renseigner

Les vendredis créatifs, nous nous sommes retrouvées à 3 ou 5, pour 2 échanges couture, sur le thème d'un sac de transport pour de gros objets, et en particulier nos compositions florales.

Deux autres vendredis ont été consacrés à la réalisation de bijoux de sacs avec plus ou moins de fournitures de récupération...



Une cuisine partagée pour fêter le printemps !!!

Ce **Samedi 21 Mars**, nous étions 19 inscrits autour d'une table colorée et décorée de petits bouquets printaniers (boutons d'or, ficaires, etc...)

Apéritif de crémant blanc avec une petite assiette comprenant un morceau de tarte salée (ail des ours/mozzarella), Préfou* tiède à l'ail et chèvre/miel, muffins à l'ail des ours préparés par Françoise L.

Ensuite une assiette généreuse de saucisse de Toulouse à la moutarde, oignons fondus, crème : le tout bien mijoté et accompagné d'une savoureuse écrasée de pommes de terre : merci à Jean Luc et Didier !

Enfin en dessert, une coupelle garnie de spéculos en petits morceaux, au-dessus du fromage blanc puis des morceaux de pommes légèrement caramélisés (Françoise L.), enfin des amandes effilées grillées... En option, on pouvait ajouter un coulis de framboises préparé par Françoise L.

Nous étions bien repus pour le prix de 7 Euros !!! Bravo aux organisatrices, organisateurs et petites mains ! Nous nous sommes régales !

M-France Perrin

*« Comme la contraction de son nom l'indique, « pré » et « four », le préfou est un pain sans levain. On l'enfournait alors pour évaluer la température du four qui fonctionnait au bois à l'époque. Les artisans prenaient des morceaux de pâte à pain qu'ils mettaient au four et ils estimaient ainsi la température de ce dernier. Selon la cuisson de ces morceaux, ils voyaient s'ils pouvaient mettre à cuire le pain prévu à la consommation. »

*<https://www.vendeedusud.com/nos-incontournables/saveurs-terre-et-mer/prefou/>



L'écrasée(e-ade) demande une bonne force dans le poignet...

Martine

Echange culinaire Samedi 18 avril 2026 : repas de printemps.

Pour cette fois, nous n'étions que 10 inscrits autour de la table ! (Vacances de Pâques !)

Notre menu comprenait des muffins à l'ail des ours proposés par Françoise L. à l'apéritif. Bien dorés et goûteux, on peut les cuire la veille et réchauffer le lendemain, ils seront encore plus croustillants !

Ensuite, une recette proposée par Annie T. : œufs cocotte aux asperges, crème et St Moret. La cuisson est un peu délicate selon que l'on aime l'œuf plus ou moins cuit, mais nous avons apprécié cette recette.

Comme plat une daube d'épaule d'agneau aux carottes proposée par Marie-Paule. Les morceaux d'agneau avaient mariné l'après-midi (marinade de vin blanc, cognac, oignon et aromates)... La recette comprend beaucoup d'ingrédients : carottes bien sûr mais aussi poireaux, olives niçoises, lardons, coulis de tomates, et zeste d'orange... Le résultat était bien savoureux servi avec des macaronis...

Pour clore en beauté ce repas deux fondants au chocolat de Marie-Chantal qui méritaient bien leur nom !!!

M-France Perrin



!! Françoise, qui garde un historique des échanges culinaires et des recettes offertes, travaille à les proposer dans un recueil qui sera accessible sur le site de MVM, En attendant vous pouvez me réclamer celle qui vous intéresse... Je ferai mon possible pour vous la retrouver...

Martine

Échange culinaire du Samedi 16 mai 2026 : un repas sous le signe des fleurs ! sur une idée de Françoise L.

Nous étions 17 inscrits autour d'une table très fleurie par de grands bouquets de fleurs de jardin : seringa, roses, marguerites... et pétales de roses éparpillés sur la table...

En entrée, avec le cocktail crémant et vin blanc une assiette garnie de toasts de pâté, de jambon de pays, de rillettes de carotte (au citron, cumin et curry) proposées par Chantal, d'une belle couleur orange avec sur chacun, de petites fleurs comestibles (bourrache bleue...).

En plat principal, des brochettes de poulet marinées et cuites au four, servies avec une grande salade au mesclun parsemée de pétales comestibles.

En dessert, une coupe de fraises à la chantilly avec petits sablés maison de Françoise L.

Des petits jeux ont été proposés : retrouver les prénoms féminins portant des noms de fleurs (très nombreux !! et quelques prénoms masculins : Narcisse, Hyacinthe, Jasmin...) puis nous avons appris que l'ancolie guérissait de la mélancolie selon Hildegarde de Bingen, une abbesse allemande du 11ème s, très férue de botanique !

Enfin, nous avons participé à un Quizz sur les fleurs comestibles ou pas !! attention aux toxiques comme le muguet, le laurier rose, etc... Et pour achever ce joli repas, café ou tisane de pétales de fleurs et de verveine odorante !

Encore merci aux organisatrices, aux offreuseuses et à leur imagination !!!

M-France P. & Liz S.



Échange culinaire du Samedi 20 Juin 2026 : Un air de vacances !!

Nous étions 18 inscrits autour d'une table égayée par Françoise L., de petits bouquets, coquillages et pommes de pin pour évoquer les vacances proches... Heureusement, il ne faisait pas trop chaud dans la cuisine du château !

Apéritif estival : une sangria apportée par Dominique et Jean-Luc...

En entrée, délicieux blinis MAISON proposés par Françoise L. que nous avons garni de fromage frais aux herbes, et de crevettes, ou de saumon fumé, ou de chiffonnade de jambon de pays.

Pendant ce temps, un autre groupe s'occupait avec Annie T., offreuseuse de la recette, de la préparation des légumes : tomates, courgettes et poivrons pour les remplir de farce. Ils ont mis du temps à cuire car le FOUR nous a joué des tours et ne chauffait pas assez !!! Jean-Luc et Didier ont fini par trouver la solution et la cuisson a pu reprendre avec un peu de retard. Par chance, Dominique avait préparé un QUIZZ sur les légumes et les fruits, (bien sûr pour la tomate c'est facile : c'est un fruit) mais pour d'autres c'était plus compliqué !!! (Notion de botanique : le fruit vient après la fleur et contient des graines) ... Bernadette a chanté avec talent des airs de la Belle Hélène d'Offenbach, puis d'autres chansons d'une période plus récente... Et les légumes farcis n'étaient toujours pas cuits !!! Georges nous a lu un petit conte et Françoise A. nous a chanté une chanson ... et enfin nous avons pu déguster les très bons légumes farcis !!

Pour le dessert, nous nous sommes régalés d'un succulent clafoutis aux cerises ! proposé par Françoise L. et Dominique.

Ce fut une soirée avec des imprévus... mais bien appréciée !!!

Merci aux organisatrices pour leurs idées de repas et la mise en œuvre pour de nombreux convives, toujours réussie ! BRAVO !

M-France P.



*Toujours de la haute qualité artistique où le détail fait la différence et la touche finale de Françoise L.
A vous de deviner l'origine de cette verdure...*

Martine



ÉCHANGES ART FLORAL



EN MARS, c'est bientôt Pâques... nos compositions de renoncules, et de fleurs de corail (Jatropha) se mélangent aux œufs et divers sujets de saison...



EN AVRIL, les gerberas se parent de perles dans une composition graphique.



EN MAI, les lys, les anémones, les hypericum inodorum rouges se promènent sur le petit pont de bois



EN JUIN, Jacqueline nous a fait réaliser une conversation en hauteur... un vrai petit paradis... avec des anthurium et des alstroemeria dans un jardin de bambous, des feuilles d'aralia et de lierre...

Mille merci à Jacqueline pour ces idées qu'elle nous fait partager...

Martine