

# Premiers jours d'automne

Bonjour à toutes et tous,

Ces premiers jours d'automne possèdent à la fois la fraîcheur vivifiante des matinées et la chaleur des après-midi ensoleillés. Alors que j'ai tendance à être matinale, j'apprécie énormément pouvoir partir flâner quelques moments sur les chemins agricoles le soir avant de dîner. Pour peu que mes gourmands ne soient pas pressés, cela se transforme en balade à plusieurs jusqu'à la tombée du jour. C'est l'une d'entre elle que je vous propose en photos.

Nous descendons vers le petit lac où je sais que le bal des floraisons continue. Menthes, [Pulicaires](#), Chanvre d'eau sont au rendez-vous pour colorer cet automne. Le [bident feuillu](#), tout aussi discret soit-il dans ses fleurs, apporte une sacrée palette de couleurs de feuilles et de tiges : vertes, rouges, jaunes...



Pulicaire



Bident feuillu

A côté, je retrouve mon spot favori de sucisses des prés.... qui régale les butineurs en passant.



## Sucisse des prés

Faisons le tour de la colline. Au travers des haies, la lumière d'automne transperce le feuillage en lui donnant des allures transparentes.





Dans les haies, avec la fin septembre on peut aussi apercevoir les guirlandes colorées formées par les baies de bryone sauvage. Après avoir envahi les arbustes de leurs longues vrilles, ses plantes finissent leur cycle dans un amusant appel à la période (approchant!) de Noël.



Nous continuons la balade en remontant sur la colline. D'ici, on peut apercevoir loin le tracé des champs et des bosquets. En cette période, l'ensemble des cultures a été récoltées, laissant la terre nue ou sous quelques pailles abandonnées. Les agriculteurs sont à l'ouvrage tous les soirs pour préparer la terre au nouveau cycle de culture. D'ici quelques semaines, nous verrons fèves et blé d'hiver pointer le bout de leurs feuilles. Les champs dorés repasseront au vert.





© Au Fil du Thym

Alors que la lumière descend, elle prends de plus en plus de teinte dorées qui colorent même les feuilles des ormes. On se croirait presque arrivé au bal de couleur de Novembre.



Nous arrivons en haut de la colline pile au coucher du soleil. C'est le moment où la végétation prends des allures d'ombres chinoises. Ici s'aperçoit l'ombre d'un chêne, là d'un cognassier.. sans oublier le lointain horizon des collines du Gers et ses châteaux d'eau. Dans ces moments là, difficile de comprendre les envies d'ailleurs alors que l'on a tout à côté.





© Au Fil du Thym

Le soleil c'est couché, nous redescendons en courant. Alors que les collines et leurs champs passent à l'obscurité, la ligne de crête des Pyrénées se détache bien dans le ciel clair. Bientôt le voile de la nuit recouvrira tout.



Je vous passe la fin de la balade premiers jours d'automne qui est moins poétique et c'est fini à la lumière des téléphones portables. Et oui, nous avons trop trainé ☐

En vous souhaitant une belle journée

---

## **Figues farcies au chèvre et sésame**

Bonjour à toutes et tous,

La fin de l'été s'approche, en apportant dans ses paniers les délicieux fruits de fin d'été que sont les *prunes* et les *figues*. Ces fruits sont autant d'opportunité pour se régaler direct sur l'arbre comme pour préparer des plats qui sortent de l'ordinaire. A ce propos, j'ai déniché il y a peu une bonne

recette que j'aimerais partager avec vous.

Malgré la reprise assez effrénée du rythme de l'école et du travail, on tente de garder quelques apéritifs en terrasse en compagnie amicale à refaire la rentrée. Qui dit apéro dit aussi petites choses à picorer pour régaler tout le monde. Exit les chips, il existe pléthores d'idées qui changent comme les cakes salés ou les tartinables de légumes.

En particulier, en septembre, on peut opter sur nos fameux fruits de fin d'été que l'on emmène dans le sucré salé. La [figue](#) est le parfait sujet que l'on peut proposer fraîche ou cuite, en *verrine*, en *crostini* ou encore *farcie de fromage*. C'est cette dernière option que j'ai tenté, inspirée par l'association figue-chèvre-sésame aperçue [ici](#). Une figue fraîche et fondante, un peu de chèvre relevé, des grains de sésame croquants, la fraîcheur d'un peu de sarriette. Vous avez tout en une bouchée préparer en 5 minutes. Mes convives-cobayes se sont régalés et on bien noté l'idée.

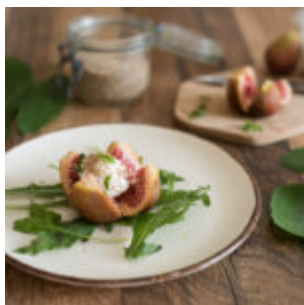
J'avais donc envie de partager cette recette de figues farcies chèvre et sésame avec vous, au cas où cela vous soit utile. Pour les plus aficionados de la figue rôtie, vous pouvez bien sûr remplacer la figue fraîche par sa version rôtie. Bref, j'espère que l'idée vous plaira. Bonne journée !



- FIGUES FARCIES AUX CHÈVRE -  
ET SÉSAME



# Figues farcies au chèvre et sésame



Une recette de figues farcies chèvre et sésame pour des apéritifs ou entrée de fin d'été frais, vite préparés et délicieux. Une recette facile à connaître !

Saison de la recette : Mi Août – Mi Octobre

**Pour 8 personnes en apéritif ou 4 personnes en entrée**

- 8 figues mûres
- 150 g de chèvre frais ((environ))
- 4 cuillérées à soupe de graines de sésame
- 4-6 poignée de roquette ou de mesclun
- thym ((quelques brins))
- miel (cf. 1)

1. Lavez la roquette ou le mesclun et égouttez. Répartissez dans des petites assiettes ou coupelles.
2. Faites torréfier les graines de sésame quelques minutes à la poêle et laissez refroidir. Mélangez le sésame avec des feuilles de thym.
3. Lavez les figues, coupez les 4 sans toute fois trancher le fond de manière à avoir des « fleurs ». Placez les figues dans les assiettes ou coupelles.
4. Formez des boules à l'aide du chèvre frais puis roulez-les dans les graines de sésame. Insérez les dans les fleurs.

5. Versez un trait de miel, puis réservez au frais jusqu'au service.

- (1) Le miel portera les figues dans les saveurs sucrées. Si vous préférez un mets plus salé, remplacez par un trait de vinaigre balsamique.
- *Variante* : Vous pouvez passer les figues farcies quelques minutes sous le grill. Cela donnera un plat moins dans la fraîcheur et plus fort en saveurs.
- *Variante 2* : Vous pouvez remplacer les graines de sésame par des noix concassées.
- *A l'avance* : Préparez la recette au maximum 1/2 journée à l'avance. Les figues se conservent assez mal une fois ouverte.

Apéritif, Fruits  
Française  
figues farcies chèvre



Figues farcies chèvre et sésame



---

# **Chakchouka aux haricots rouges**

Bonjour à toutes et tous

Après nous avoir fait patienter pendant plusieurs mois, les plants de poivron du potager sont toujours très productifs en septembre. Chaque semaine apporte une généreuse récolte de poivrons colorés de vert et de rouge, prêts à cuisiner.

---

# **DIY – Mobile d'été en fenouil sauvage**

Bonjour à tous et toutes,

Dans mes recherches d'idées de cuisine des plantes sauvages d'été, j'étais tombée assez rapidement sur des recettes au fenouil sauvage. C'est une grande plante ancêtre de nos fenouils cultivés, qui se présente sous forme de touffes de feuilles découpées et fines, de grandes et hautes tiges, d'une inflorescence en ombelle jaune.

---

# **Cobbler aux pêches et amandes**

Bonjour à toutes et tous,

L'année 2023 a été une année à fruits. Pruniers et pêches se sont montrés particulièrement motivés – malgré leur jeune âge –, nous offrant assez régulièrement des récoltes. Avec cela, impossible de ne pas songer au dessert.

---

## **Balade botanique – Dans les forêts d'été (août 2023)**

Bonjour à toutes et tous,

Je vous propose de partir en balade dans un lieux plein de fraîcheur en été : les forêts communales. Zones d'ombre protégées par les arbres elles sont des places préservées de la chaleur des mois d'août, et des lieux de bio diversité que l'on imagine pas

---

## **Balade dans les champs de tournesol**

Bonjour à toutes et tous,

Quand – par chance – Juillet n'est pas trop chaud, il présente en Occitanie et dans le Gers les magnifiques paysages des champs de tournesol en fleur. Pas un pan de colline n'a pas son champs couleur soleil.

---

# Mijoté d'aubergines et pois chiches à la provençale

Bonjour à toutes et tous

En été, mes gourmands sont des fans inconditionnels des aubergines, et ce sur toutes les formes. Je ne partage pas leur appréciation, m'orientant plus sur les courgettes. Néanmoins, à force de préparer chaque été l'incontournable mijoté de saucisses et aubergines, la tentation d'en faire une version veggie était grande