



La GAZETTE vous dit tout !

### Pâques ? Des fêtes religieuses et la fête du printemps !

**D**écidément, le hasard n'existe pas... Si Pâques est une fête religieuse de première importance, c'est aussi une fête païenne. Les similitudes de dates prouvent combien Pâques plonge ses racines dans d'anciennes traditions pré-chrétiennes, les célébrations du retour de la lumière, du printemps et de la renaissance de la nature.

Avec un S pour les Chrétiens, les Chrétiens Évangéliques, les Orthodoxes. La Pâque ou Pessah pour les Juifs... Qu'importe, Pâques possède ses légendes, ses traditions, son bréviaire. Voyons donc comment se vit Pâques en France et ailleurs.

#### Perséphone et Easter, le saviez-vous ?

La Grèce ancienne fête le retour du printemps sur terre via la légende de Perséphone, fille de la déesse de la terre. La légende raconte que Perséphone, entrée aux enfers, ne pouvait plus les quitter. Sa mère sema la désolation sur la terre jusqu'au retour de sa fille avant de trouver un accord avec le Dieu des enfers. Perséphone partagerait son temps entre la surface de la terre (printemps/été) et ses entrailles (automne/hiver).

Bien d'autres légendes antiques à travers le monde entier font coïncider l'équinoxe de printemps avec le réveil d'une divinité. En anglais Pâques se dit Easter qui est le nom d'une divinité saxonne associée au printemps.

### Pâques et la table...

**C**omme toutes les fêtes sous toutes les latitudes, Pâques, trouve son point d'orgue autour de la table, là où ensemble, les familles partagent des mets spécifiques et symboliques. Pour les uns, on démarre par une purification, celle du Vendredi Saint, pour les autres ça commence par un jeûne partiel et un grand ménage. Les fameuses "miettes" des Juifs qui consistent à chasser toutes les miettes de pain, autrement dit le levain de la maison pendant tout Pessah. On le remplace alors par le pain azyme, utilisé pendant la traversée du désert par les Juifs fuyants l'esclavage d'Égypte. Pour les Chrétiens, le dimanche de Pâques est un jour de réjouissance. C'est la résurrection du Christ et l'on déguste l'agneau pascal. Sur les tables de Pessah, tout un protocole culinaire symbolise la libération des esclaves et les épreuves.

### Les mets de Pâques dans le monde...

En **FRANCE**, on fait la part belle à l'**agneau pascal** cuit au four avec des herbes de Provence, du cumin, de l'ail et de l'huile d'olive. On l'accompagne de haricots verts et des pommes de terre cuites au four servies avec **de la crème d'ail** (voir notre ami libanais sur les deux marchés de Boulogne qui vend une crème d'ail exceptionnelle).

Nos voisins **BRITANNIQUES** préfèrent le rôti d'agneau de lait et les **hot cross buns**, car, dit-on, les brioches cuites un Vendredi Saint sont réputées ne jamais se périmer.



Les **GRECS** cuisinent la **magiritsa**, une délicieuse soupe d'abats d'agneau, avec des œufs, du citron et de la verdure. C'est le premier plat de viande de rupture du jeûne après le grand carême.

Les **ALLEMANDS** cumulent l'agneau en plat et les **gâteaux en forme d'agneau** saupoudré de sucre glace blanc en dessert. Les petits malins !

Les **RUSSES**, les **CROATES** bénissent tout ce qu'ils mangent et notamment les **Pincas**, des brioches aux zestes d'agrumes, le jambon, les radis, les oignons verts.

Chaque famille **italienne** a la sienne : la **Colomba Pasquale**, un gâteau très sucré en forme de colombe.

Idem en **ESPAGNE** où chacun a sa recette **de pain perdu** trempé dans du miel, du lait épicié, du vin, de la liqueur. Côté salé, on se délecte de soupe à l'ail.



Au **LIBAN**, les femmes préparent le **Maamoul** des biscuits de semoule. Toute la famille peint des œufs et chaque membre participe à la création du plat principal.

En **POLOGNE** le dessert de circonstance est le **Mazureks**, un sablé avec un cœur de fruits et des noix, parsemés de glaçage.

Le pain de Pâques... En **BULGARIE** et en **ROUMANIE**, c'est le **cozonac**, en **TURQUIE** le **çörek**, en **GRÈCE** le **tsouréki**, à l'intérieur on trouve à peu près tout et n'importe quoi... du fromage blanc aux loukoums !

En **FINLANDE**, on mange la **Mämmi**, une bouillie de farine de seigle et de malt cuite au four pendant plusieurs heures, puis refroidie et mangée avec de la crème ou de la glace à la vanille.



### L'agneau pascal

L'agneau pascal donne lieu à une tradition culinaire très répandue dans le monde. Pourquoi l'agneau ?

Dans l'apocalypse, Jésus est représenté sous la forme d'un agneau symbolisant la soumission à Dieu et valeurs d'innocence, de douceur, de bonté.

Historiquement, Jésus est identifié à l'agneau sacrificiel juif. Dans les pays chrétiens, on grille et l'on mange l'agneau accompagné d'un pomerol (rouge), d'un côte-du-Rhône (rouge), d'un coteaux-du-Layon (blanc), (lire l'interview de notre caviste).

À défaut d'un agneau entier, on peut se contenter d'un gigot pascal. Idéalement d'un gigot de 7 heures avec pommes grenailles à la crème d'ail et carottes entières confites.

### Les ICÔNES de PÂQUES

œuf, lapin, cloche

#### L'œuf

De nombreuses coutumes païennes survivent dans la fête de Pâques. L'œuf est le symbole de la germination printanière. On le fait cuire dur. On le peint. On le colore. On l'emballage dans un joli papier. De nos jours, l'œuf est plutôt en chocolat ou en sucre. C'est un cadeau traditionnel de Pâques. L'œuf se doit d'être présent sur les



Pysankha, nom roumain donné à l'art de peindre les œufs de Pâques. Un art présent dans de nombreuses régions françaises notamment en Corse.

tables de Pessah. Dur et à coquille blanche, il symbolise le cycle de la vie. Chez les Chrétiens coptes, comme chez les orthodoxes, on offre des œufs rouges, vifs ardents. Ce sont des porte-bonheur que l'on s'échange avant de les manger après en avoir brisé la coquille contre celle de son voisin !



### Le lapin ou le lièvre

Le lapin symbolise la fertilité et le renouveau (comme le printemps). C'est à l'Allemagne que l'on doit la naissance de la tradition "Osterhase" ou "lièvre de Pâques" qui s'est répandue dans le reste des pays germaniques avant d'investir les États-Unis via les immigrants allemands au 18e siècle. Une autre explication ? Le lièvre de Pâques vient de Saxe et de l'animal emblématique de la déesse Éostre (Eastre) qui a donné son nom à Easter. De manière similaire, dans les traditions celtiques et scandinaves, le lièvre était le symbole de la déesse mère.



Moule à cloche ancien. © Tresors-de-chineuse.com

### Les cloches

Sans les cloches pas de chasse aux œufs : une tradition très ancienne. On dit que les cloches, qui ont arrêté de sonner depuis le Jeudi Saint parce qu'elles sont parties à Rome, reviennent dans la nuit du samedi au dimanche déverser les œufs dans les jardins. Au matin du dimanche, les enfants partent à la chasse aux œufs. Selon les régions de France ou les pays, les cloches sont remplacées par les lapins de Pâques.

## DÉVELOPPEMENT DURABLE à Boulogne-Billancourt

Un taux de gaz à effet de serre (GES) 2,4 fois moins élevé à Boulogne-Billancourt et sur les territoires de l'intercommunalité GPSO qu'au niveau national.



Un joli score à préserver et à améliorer dans un contexte de réchauffement climatique et de transition énergétique. Un résultat multifactoriel que l'on doit entre autres... À l'abandon, depuis 2010, de l'usage de produits phytosanitaires sur l'espace public, dans les parcs et jardins. ...Au déploiement d'écoquartiers sur les anciennes friches industrielles où chaque mètre carré est utilement dédié au « vert » et à la préservation de la nature dans son état premier. ...Au choix d'une flotte de véhicules électriques ou hybrides moins polluants sur le plan atmosphérique et sonore.

### Le tri des déchets : 364 kg d'ordures ménagères (bac gris) par habitant et par an contre 458 kg sur le reste de l'Île-de-France

Conduit à titre expérimental depuis novembre 2018 à Marnes-la-Coquette et Ville-d'Avray, dans 10 écoles et 3 marchés alimentaires, le tri des déchets alimentaires sera mis en place d'ici 2022 sur les 8 communes GPSO soit avec 3 ans d'avance.

En attendant, la mise à disposition des composteurs se poursuit avec une hausse notable des demandes des particuliers comme des syndicats d'immeubles.

----- Breaking new -----

Depuis notre dernière parution, il nous a été fait écho, via notre page Facebook : la Gazette des Marchés de Boulogne-Billancourt, d'installations de composteurs qui ont provoqué une collecte massive des déchets recyclables dans tout le quartier. Voilà ce que l'on aime !

### Circulez donc à vélo !

On vous le dit à chaque numéro, notre Ville implante des pistes cyclables. Elles se multiplient, s'allongent et se conjuguent en double sens. Idéal pour circuler dans Boulogne-Billancourt dont les distances intra-muros sont parfaitement gérables. Allez, on s'y met et on fait respirer à tout le monde un air plus pur...

### Et voilà qu'arrive - enfin - une Police Verte !

Cette nouvelle unité est entièrement dédiée au respect de l'environnement et à la lutte contre l'incivisme. Facile à repérer, cette Police Verte circulera entre autres à cheval dès l'été prochain. Plus discrète, elle se déplacera aussi à pied ou en scooters électriques.



©Copie d'écran Le Parisien. Lire l'article complet ici :

Gare à vous qui jetez encore vos mégots de cigarette, vos papiers, vous qui oubliez que votre chien s'est « oublié » sur le trottoir, vous qui continuez à faire des dépôts sauvages alors qu'une déchetterie et des collectes d'encombrants existent. Il est temps de changer d'attitude non ?



" Les mots sont les agents les plus puissants de la transformation." Mark Twain

ENVIE D'ÉCRIRE VOTRE LIVRE ?  
DE RACONTER UN ÉPISODE DE VOTRE VIE ?  
DE LAISSER UN TÉMOIGNAGE ?  
DE PARTAGER VOTRE EXPÉRIENCE ?

Exclusivement sur RDV  
Boulogne et Paris 16e

Tél. 06 88 31 61 37 - contact@litterotherapie.fr - www.litterotherapie.fr

Chez le poissonnier...

### Poissons d'avril !?

Savez-vous d'où vient la tradition du 1er avril ? Au moins deux hypothèses : le poisson, symbole de Pâques et du Christ se sont reliés naturellement. Pour d'autres, c'est à la pêche que l'on doit cette journée de blagues. Ce jour-là, il y avait l'abondance ou restriction. Si c'était l'abondance, il suffisait de se baisser pour rapporter du poisson, on se moquait. Si c'était la restriction, les pêcheurs ne pouvaient travailler et on les moquait. Dans les deux cas, on leur accrochait de vrais poissons au dos, poissons qui pouvaient de plus en plus mauvais au fil de la journée. Plus sérieusement, en avril sur le stand du poissonnier, on privilégie, saisonnalité oblige, l'araignée, les bulots, le congre, les harengs, le lieu jaune ou noir.



Les primeurs du MOIS...

### Retour de la couleur !

Le voilà de retour, les fruits et les légumes colorés, pleins de bêta-carotène et autres merveilles, toutes bonnes pour nos petits corps meurtris par l'hiver et le manque de vitamines et de soleil... Avril, c'est le mois de la saisonnalité pour l'avocat (on vous en parle dans le prochain numéro avec une recette de mayonnaise à base d'avocat.), les asperges blanches et violettes, le chou rouge (à déguster à l'alsacienne chaud avec des pommes), de l'oseille, des pissenlits (aux lardons), des petit-pois (en soupe glacée avec de la menthe)

### Grand arbre tropical...

Le mangoustan donne le fruit le plus consommé au monde après la banane : la mangue. Sa chair orangée et juteuse est une bonne source de fibres et de vitamine C, B1, B2 et A (pour les femmes seulement). On lui reconnaît un potentiel anticancer du fait de la présence en quantité de polyphénols. On sait la consommation nature, en jus, en confiture, en coulis. La Gazette vous offre une recette toute simple et particulièrement goûteuse : couper votre mangue ultra-fraîche, voire froide en tranches, placez-les dans vos assiettes, arrosez de citron vert et de fleur de sel. Décorez avec quelques zestes et feuilles de menthe. Servez rapidement. Un dessert sans sucre, plein de saveurs.



### Un fruit jeune qui arrive sur les étals de France seulement en 1980.



Originaire de Chine, le kiwi est le fruit d'une liane. Pendant des siècles, il pousse à l'état sauvage et ne fait l'objet d'aucune culture. Son nom vient du plus grand producteur mondial, la Nouvelle-Zélande, qui l'a baptisé ainsi en l'honneur de son "oiseau" national. Avant on l'appelait souris végétale, c'était peu vendeur, ou pêche des singes ! Antioxydant, il diminue les risques cardio-vasculaires et grâce à sa teneur très importante en fibres solubles et insolubles, il stimule le transit intestinal. Peu calorique, il est parfait pour les régimes amincissants et réduit la rétention d'eau. Enfin, il possède des vertus cosmétiques, protège la peau des UV et nettoie l'épiderme. Faites donc des masques au kiwi !



### La rhubarbe est une plante potagère, un légume-tige.

Le saviez-vous ? Ses feuilles sont toxiques... C'est pourquoi la rhubarbe est souvent vendue en botte d'une quarantaine de centimètres sans les feuilles. Dommage, car une décoction de feuilles de rhubarbe lutte contre les pucerons. C'est donc la tige que l'on mange en confiture, en tarte. Nos voisins British l'adorent avec de la crème... anglaise et dans les yaourts ! Nous, à la Gazette, on l'aime légèrement sucrée en coulis dans des panna-cotta. Plus surprenant, on l'utilise en accompagnement de viandes blanches et de poissons. Il suffit de la faire cuire à la vapeur quelques minutes pour avoir une alliée qui donne des résultats gustatifs surprenants. Lancez-vous !

### Fleurs de Pâques



Cette année, Pâques sera célébrée le 21 avril 2019 (pour les Chrétiens) et du 19 avril au 27 avril (pour la Pâque Juive). Nous avons vu que l'on offre du chocolat... Et les fleurs dans tout cela ? À offrir ou pour décorer votre table de fête, voici quelques idées de saison. Symbole chrétien de la résurrection, le lys blanc est la fleur emblématique de la célébration de Pâques. Tout en noblesse, elle apporte pureté et l'espoir, fraîcheur et sérénité dans la maison. La Tulipe. À coup sûr, avec ses belles couleurs pimpantes, la tulipe, synonyme d'amour et de passion diffusera à coup sûr joie et bonne humeur. Plus simple et discrète, la douce Marguerite, au parfum léger incarne l'innocence. Fragile et gracile, elle fait entrer le printemps chez vous et vos hôtes.

Chez le fromager...

### Le Morbier

Fromage originaire de Franche-Comté, le Morbier bénéficie d'une AOP depuis 2002. Il est né d'une contrainte climatique. Comme les paysans de la fruitière ne pouvaient apporter leur lait à cause de la neige, ils fabriquaient un fromage plus petit avec la traite du matin... et protégeaient le "caillé" sous la cendre avant de rajouter la traite du soir ! D'où la ligne "gris-bleu" de cendre au cœur du fromage qui signe l'identité de fromage à pâte pressée non cuite, moelleux et fruité, avec des arômes de fruits secs. On le consomme nature sur un plateau et aussi en tartiflette, en raclette. On l'ajoute volontiers à une fondue !



## VOTEZ POUR LE MARCHÉ ESCUDIER

TF1 en partenariat avec le Parisien organise le concours du plus beau marché d'Île-de-France.

Votez pour votre marché sur :

[tf1.fr/tf1/votre-plus-beau-marche](http://tf1.fr/tf1/votre-plus-beau-marche)

Clôture le 9 avril. Résultat le 12 avril.

Gourmandises sucrées...

### Le temps du chocolat

Après Noël, Pâques est sans doute la plus importante vente de chocolat de l'année. Avec Pâques, il prend toutes les formes évoquées par la tradition pascale (lire notre article en recto) : œufs, poule, lapin, cloche, friture, poisson...



#### MENTIONS LÉGALES

La Gazette des Marchés de Boulogne-Billancourt est rédigée et produite par la société Judith Lossmann Éditions pour le compte de l'ACMBB avec le soutien de la Mairie de Boulogne-Billancourt - Photos non contractuelles. - Impression

Stains (93) - Contact : [contact@gazettedesmarches.fr](mailto:contact@gazettedesmarches.fr) - En savoir sur les annonceurs : [www.gazettedesmarches.fr](http://www.gazettedesmarches.fr)

PENSEZ À LA PROPRETÉ DE LA VILLE ET AU RESPECT DE LA PLANÈTE... NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE