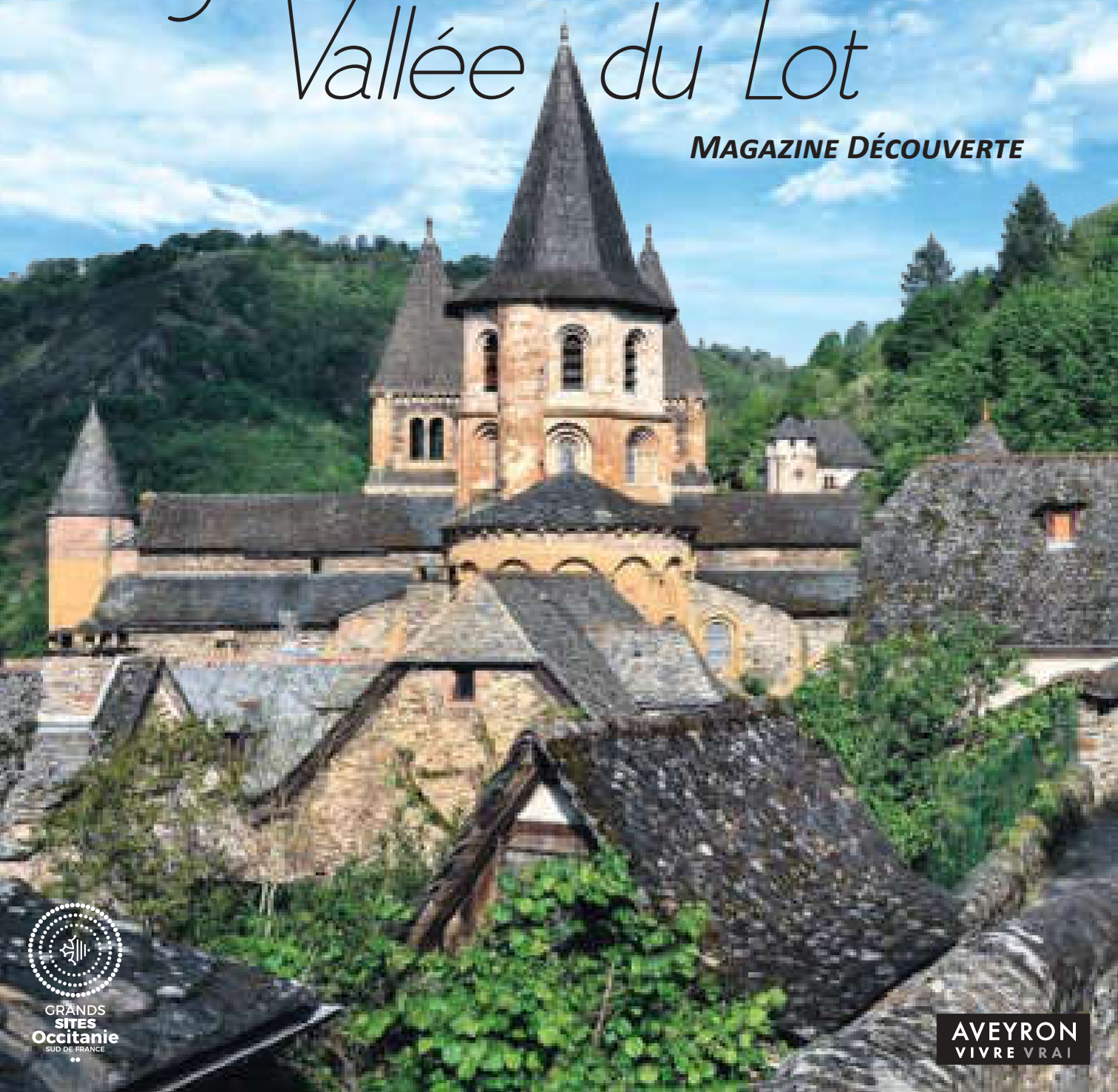


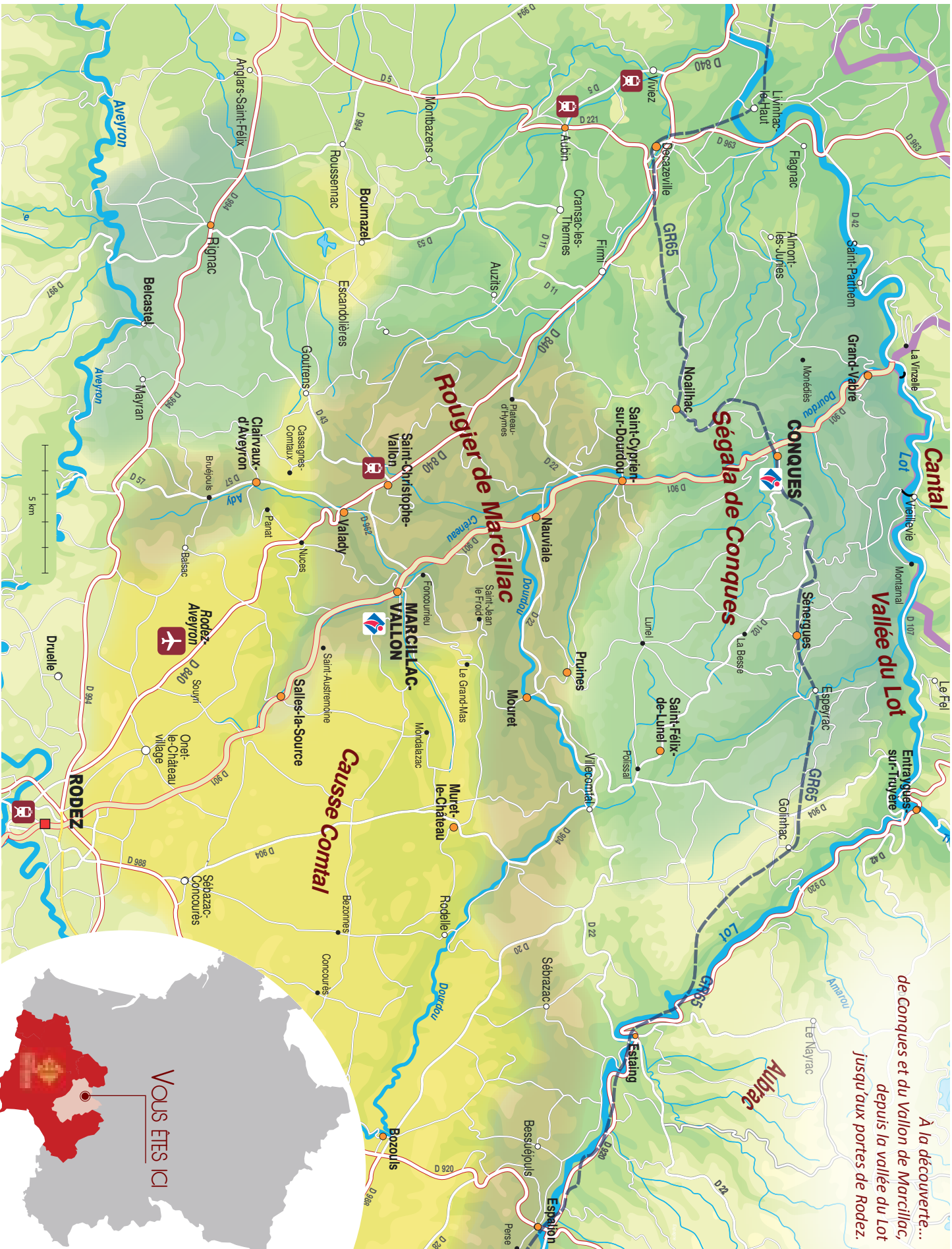
CONQUES

Vignoble de Marcillac

Vallée du Lot

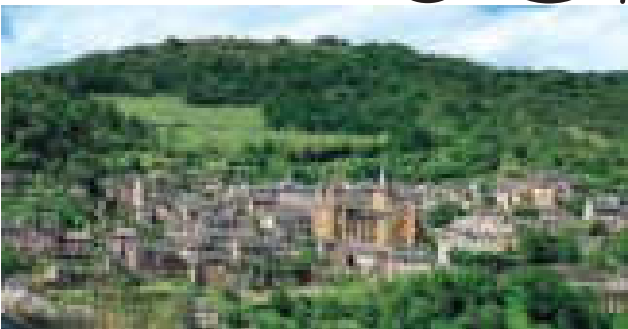
MAGAZINE DÉCOUVERTE





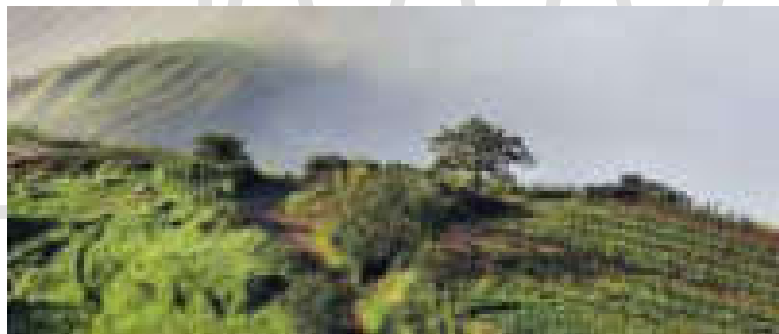
À la découverte...
de Conques et du Vallon de Marillac,
depuis la vallée du Lot
jusqu'aux portes de Rodez.

SOMMAIRE



- 4 *Conques, une histoire...*
- 7 *Imaginez une journée à Conques*
- 8 *Ils en parlent mieux que nous...*
- 9 *Conques-Rodez sur les pas de Soulages*
- 10 *Trésors cachés*
- 13 *Art roman autour de Conques*

- 14 *Le vignoble AOP de Marcillac*
- 15 *La cave & ses secrets*
- 16 *Quand la dégustation éveille les sens...*
- 17 *6 expériences à vivre*
- 22 *Terre des métiers d'art*



- 24 *Idées découvertes*
- 26 *Terre d'aventure(s)*
- 28 *Esprit Rando*
- 29 *Terra Trail*
- 30 *Un goût pour l'excellence*

- 31 *Déguster local...*
- 33 *Les marchés*
- 33 *Toutes nos bonnes tables*
- 34 *Destination Aveyron*
- 35 *Grands Sites Occitanie*



www.tourisme-conques.fr

contact@tourisme-conques.fr

OFFICE DE TOURISME DE CONQUES



Le Bourg - Conques
12320 Conques-en-Rouergue
33 (0)5 65 72 85 00

Avril à septembre : 9h30 - 12h30 et 14h - 18h
Octobre à mars : 10h - 12h30 et 14h - 17h30

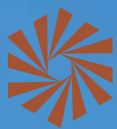
office de tourisme
**CONQUES
MARCILLAC**

OFFICE DE TOURISME DE MARCILLAC



52, tour de ville - 12330 Marcillac
33 (0)5 65 71 13 18

Toute l'année : du lundi au vendredi 9h30 - 12h30.
Du 15 juin au 15 septembre : du lundi au vendredi
9h30 - 12h30 et 14h - 17h30.
De mai à septembre : tous les dimanches 9h30 - 12h30



Site classé

CONQUES

Une histoire...



Les Plus
Beaux Villages
de France®

Le site de Conques a, dit-on, la forme d'une coquille, tout un symbole pour ce village posé dans un écrin de verdure.

Classé parmi les plus beaux de France, il est aussi une étape majeure sur le chemin de Saint-Jacques de Compostelle.

Le pont des pèlerins et l'abbatiale Sainte-Foy ont bien mérité leur inscription sur la liste du Patrimoine mondial de l'Humanité par l'Unesco.

www.tourisme-conques.fr/conques

L'abbatiale Sainte-Foy

« J'ai été frappé par les proportions de l'abbatiale. »
Ce monument, qui a fait l'objet de nombreuses études universitaires, est une **référence en matière d'architecture romane...**



Le tympan du Jugement dernier

« Quel foisonnement de personnages ! »
Le tympan du Jugement dernier orné de 124 personnages, tous remarquablement conservés, est un chef-œuvre de la sculpture du XII^e siècle.



Le Trésor

« Dans la salle du trésor, j'ai découvert **l'ensemble d'orfèvrerie médiévale le plus riche de France, à l'égal des cinq plus grands trésors européens.** »

Une merveille, parvenue intacte jusqu'à nous, dont la pièce maîtresse est la Majesté de sainte Foy couverte d'or et de pierres précieuses, datée de l'époque carolingienne.

www.tourisme-conques.fr/tresor

Chaque année, en octobre, la Majesté est conduite dans l'abbatiale au cours d'une grande procession.





Les vitraux de Pierre Soulages

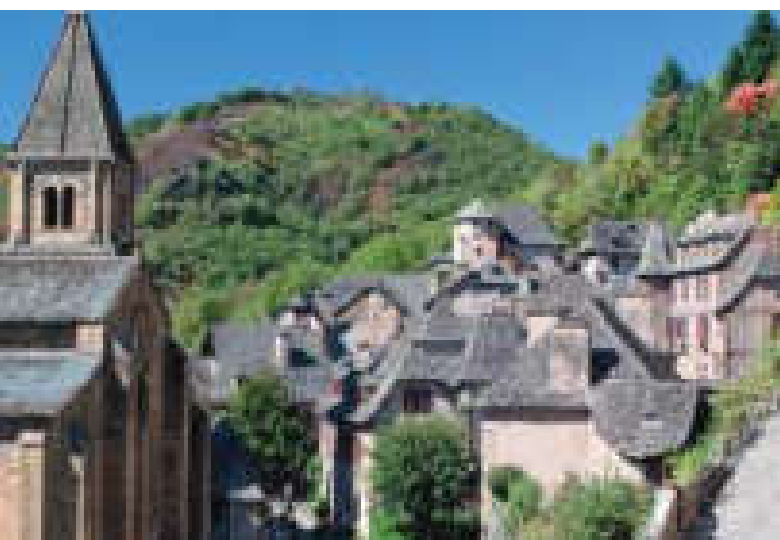
Conques et son abbatale s'inscrivent dans l'art contemporain avec les **vitraux conçus par Pierre Soulages**, artiste-peintre, originaire de Rodez, de notoriété internationale.

EXCEPTIONNEL :

En journée : visites guidées

En soirée : visite en lumière et en musique

www.tourisme-conques.fr
05 65 72 85 00



Le village médiéval

À Conques, le schiste du sous-sol règne en maître dans l'architecture des **maisons anciennes admirablement préservées**.

Elles arborent aussi de nombreux éléments de grès rouge ou gris, de calcaire jaune et même de granit, reflets de la **diversité géologique** du territoire sur laquelle rayonne le village.



Sur le chemin vers Saint-Jacques-de-Compostelle

Depuis sa fondation, l'abbaye de Conques n'a cessé d'accueillir des pèlerins venus de toute l'Europe chrétienne vénérer les reliques de sainte Foy.

EN PRATIQUE

Visites guidées et visite avec tablette numérique
05 65 72 85 00 - www.tourisme-conques.fr

IMAGINEZ UNE JOURNÉE À CONQUES

10h DÉCOUVERTE
DU VILLAGE MÉDIÉVAL

11h VISITE GUIDÉE
DE L'ABBATIALE SAINTE-FOY

12h30 DÉJEUNER DÉCOUVERTE
DES PRODUITS DU TERROIR

14h VISITE DU TRÉSOR
& DU MUSÉE JOSEPH-FAU

16h30 RENCONTRE AVEC LES ARTISANS D'ART
DANS LEURS ATELIERS, ÉCHOPPES...

18h BALADE JUSQU'AU POINT DE VUE
DU BANCAREL

19h30 DÎNER À LA TERRASSE
D'UN RESTAURANT

21h PRÉSENTATION DU TYMPAN
PAR UN FRÈRE PRÉMONTRÉ

21h30 DÉAMBULATION DANS LES TRIBUNES
(1^{ER} ÉTAGE DE L'ABBATIALE) AU SON DE L'ORGUE

22h15 POLYCHROMIE DU TYMPAN



VISITES GUIDÉES

*"Ma visite avec un guide
était formidable.
Une occasion unique
d'en apprendre davantage
sur les richesses de Conques."
Caroline*

D'AVRIL À OCTOBRE
ET DURANT LES VACANCES,
LAISSEZ-VOUS CONTER CONQUES.
CONSULTEZ LES HORAIRES SUR :

www.tourisme-conques.fr

FESTIVAL DE MUSIQUE

*TOUS LES ÉTÉS,
EXPLOREZ LES MUSIQUES
DU MONDE À TRAVERS
LES RENCONTRES MUSICALES
DE CONQUES.*

www.centre-europeen.com

Concert dans l'abbatiale Sainte-Foy de Conques.

Ils en parlent mieux que nous...



Prosper MÉRIMÉE (1803-1870)

Écrivain et inspecteur général des monuments historiques

*« Je n'étais nullement préparé
à trouver tant de richesses
dans un pareil désert. »*

Notes d'un voyage en Auvergne (1838).



Pierre SOULAGES

Artiste contemporain

*« Je ne serais pas arrivé là si je n'avais pas ressenti une telle qualité d'émotion à Conques.
J'étais avec un camarade dans le transept de l'abbatiale lors d'une visite scolaire et l'on
nous parlait du tympan et des chapiteaux... J'écoutais de manière un peu distraite.
Puis mon regard s'est tourné vers la nef et vers le sud et j'ai été bouleversé.
L'émotion que j'ai ressentie m'a donné à réfléchir.
Conques est le lieu de mes premières émotions artistiques. »*



CONQUES-RODEZ

SUR LES PAS DE

SOULAGES



Abbatiale Sainte-Foy de Conques

LUMIÈRE SUR L'ART ROMAN

Un lien particulier unit Pierre Soulages et Conques. En 1986, Pierre Soulages accepte la proposition du ministère de la Culture de réaliser, dans le cadre d'une commande publique, cent-quatre nouveaux vitraux pour l'abbatiale Sainte-Foy de Conques. C'est ce chef-d'œuvre de l'art roman, inscrit aujourd'hui sur la liste du patrimoine mondial de l'Humanité par l'UNESCO au titre des chemins de Compostelle en France, qui a déterminé son choix de se consacrer à l'art : « *Lorsque j'ai eu 14 ans, c'est devant l'abbatiale de Conques que j'ai décidé que seul l'art m'intéressait dans la vie.* »

www.tourisme-conques.fr/vitraux-de-soulages

AU PAYS DE L'OUTRENOIR

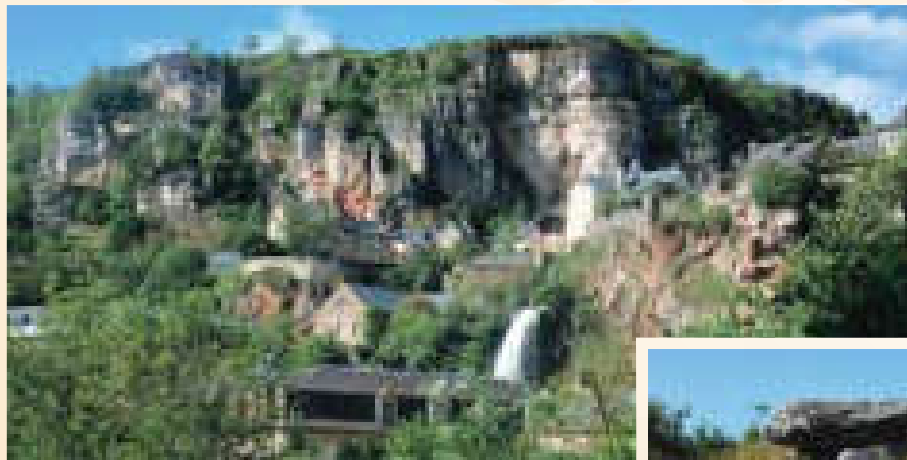
C'est à Rodez, sa ville natale, qu'il a consenti, avec son épouse Colette, deux donations, près de 500 œuvres témoignant de l'ensemble de sa production : des huiles sur toile, des peintures sur papier et les cartons des vitraux de Conques. Le musée est un voyage entre les différentes créations de Soulages et les techniques qui les ont vu naître. « *Plus les moyens sont limités, plus l'expression est forte* » affirme le peintre.

musee-soulages-rodez.fr



TRÉSORS CACHÉS

*Notre destination dévoile, au détour des chemins, des curiosités patrimoniales.
Un petit village perché au cœur du vignoble, un monument néolithique ou un château Renaissance
sont quelques-unes des merveilles que vous pourrez découvrir.*



SALLES-LA-SOURCE

Découvrez ce petit village accroché à la falaise sur trois étages et laissez-vous guider par les doux murmures de son ruisseau depuis sa cascade jusqu'à son église romane nichée dans la vallée.



DOLMEN DE PEYRELEVADÉ

PAYSAGES DE CALCAIRE DES CAUSSES



MURET-LE-CHÂTEAU

Dominées par le donjon de son ancien château, les maisons pittoresques du village sont ancrées sur les contreforts de la butte médiévale, bercées par le coulis de l'eau de sa cascade, serpentant entre les rochers.

CHÂTEAU DE BOURNAZEL

Parmi les plus remarquables châteaux Renaissance du sud de la France, ce château et son jardin nous plongent dans l'atmosphère humaniste et lettrée, d'un siècle à jamais disparu.



SAINT-JEAN LE FROID

Respirez et admirez la vue à 360°, depuis ce causse, sur les paysages grandioses du Vallon, et plus loin, du Ségala de Conques.



MONTARNAL

Vous souhaitez flâner et profiter de la fraîcheur de la rivière ? Visitez ce village médiéval, niché dans un méandre du Lot, autrefois haut lieu de construction de gabarres. Ces embarcations de commerce permettaient de naviguer jusqu'à l'Aquitaine.



CLOCHER DE LA VINZELLE

Quand vous arpenterez le magnifique village de La Vinzelle, situé sur les hauteurs de la vallée du Lot, attardez-vous devant son clocher perché. Son histoire est étonnante. La *Campana Bella* (grande cloche) pèse 1250 kg. Installée d'abord près de la porte de l'église, elle faisait un bruit si assourdissant lors des offices que les habitants décidèrent de la hisser sur le rocher dominant le village.



CHÂTEAU DE BELCASTEL

1000 ans nous observent du haut de ce piton rocheux. Cette magnifique forteresse se dévoile en suivant le bord de la rivière Aveyron.





CHAPELLE NOTRE-DAME DE FONCOURRIEU À MARCILLAC

La voûte lambrissée exceptionnelle de cette petite chapelle au cœur d'un joli parc ombragé, peinte à la fin du XVII^e siècle peut-être par un moine de Conques, présente 80 panneaux décorés : la Vierge Marie, le Christ en croix sur un cep de vigne, Saint-Jean Baptiste...

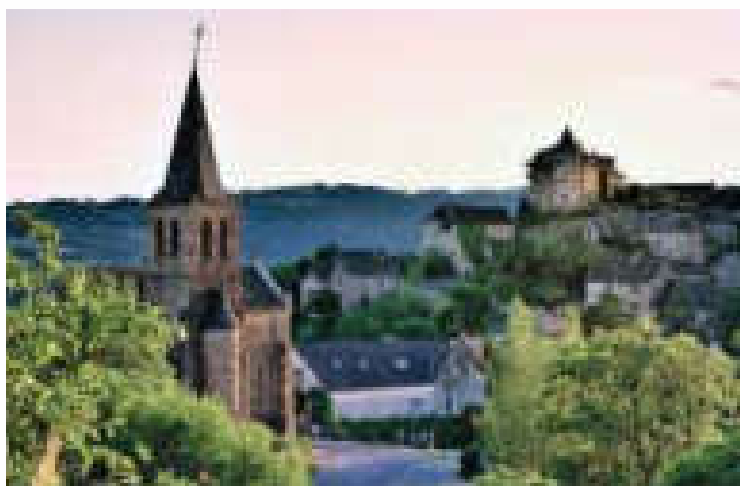


CLAIRVAUX

On entre dans ce village médiéval fortifié par une vieille porte en ogive surmontée d'une tour à mâchicoulis. La petite ruelle escarpée vous mènera à son église romane du XII^e siècle.

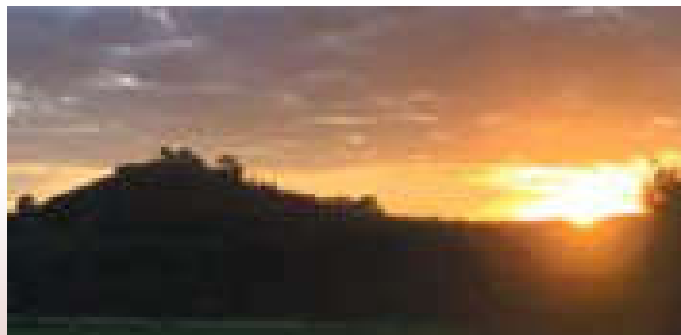


PAYSAGES DE GRÈS DU ROUGIER DE MARCILLAC



VILLAGE DE PANAT

Perché et faisant face à celui de Cassagnes-Comtaux, au cœur des vignes de l'AOP Marcillac, Panat domine la vallée.
Au cours des saisons, les couleurs ocres, beiges et rouges du sol et du bâti traditionnel illuminent le paysage.

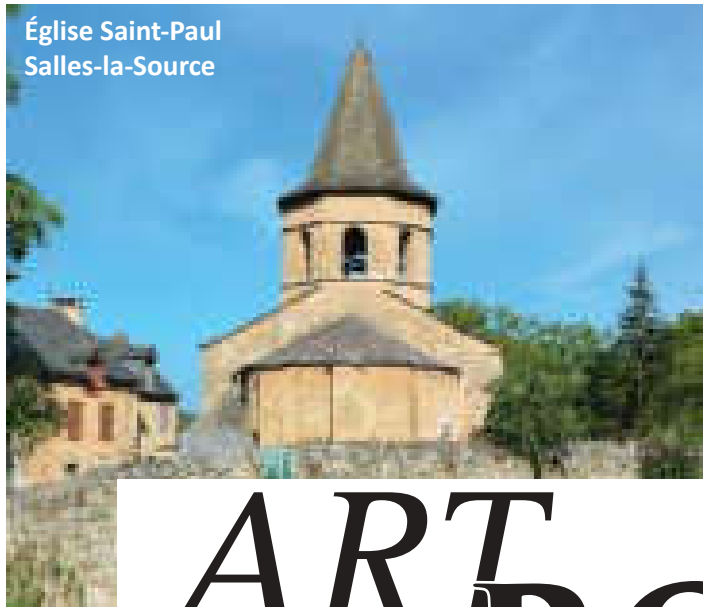


VESTIGES DU CHÂTEAU DE BEUCAIRE

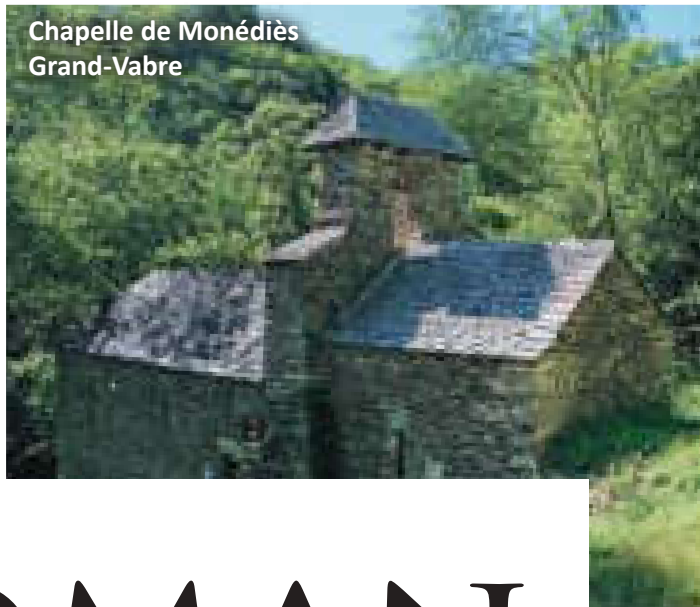
Au-dessus du village de Nauviale, sur une butte boisée les vestiges du château de Beaucaire (ou *Belcayre*)... Imaginez ce château au temps de sa splendeur : il se développait sur une enceinte polygonale flanquée de huit tours qui protégeait le corps du logis principal.

www.tourisme-conques.fr/sites-de-visite

Église Saint-Paul
Salles-la-Source

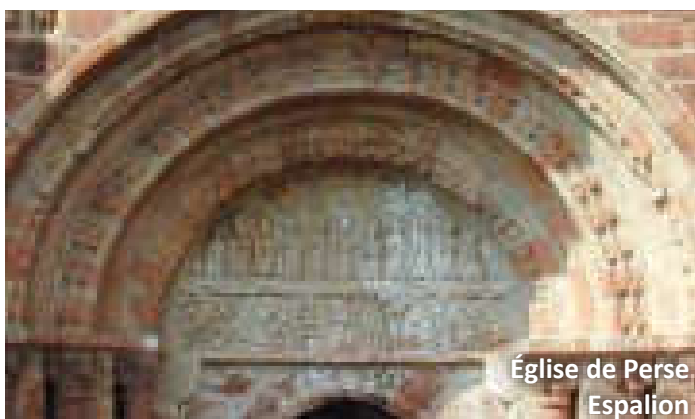


Chapelle de Monédiès
Grand-Vabre



ART ROMAN

Conques est une référence en matière d'architecture romane.
Partez à la recherche des nombreux trésors romans autour de Conques.



Église de Perse
Espalion



Église Sainte-Fauste
Bozouls

Église Saint-Blaise
Clairvaux-d'Aveyron



Église Saint-Austremoine
Salles-la-Source



Église Saint-Pierre
Bessuéjols



LE VIGNOBLE AOP DE MARCILLAC

*C'est au cœur du Rougier de Marcillac que les vignes se dévoilent !
Elles ont façonné les paysages et marqué l'histoire et la culture locales.
Découvrez la formule qui donne au vignoble de Marcillac son caractère fort
et toute son identité :*



UN CÉPAGE UNIQUE

Le vin de Marcillac est issu d'un cépage unique adapté au terroir :
le mansois (fer servadou) ou saumancés en occitan.
D'après son origine étymologique, « Fer » signifie « sauvage »,
et « Servadou » « dont le raisin se conserve bien ».

UNE VIGNE EN TERRASSE

La vigne étant cultivée **sur un terrain très vallonné, les vignerons ont su s'adapter en bâtissant des terrasses** à flanc de coteau.
Les plus anciennes sont soutenues par des murets en pierres sèches.
À l'automne, **les vendanges sont toutes effectuées à la main.**

UN TERROIR PARTICULIER

C'est à la zone de **contact entre le Rougier (grès rouge) et le Causse (calcaire)** que le raisin développe son caractère si riche.
Ce terroir offre des paysages chamarrés ponctués de belles demeures anciennes et de petits villages charmants.

UN CLIMAT IDÉAL

Le **vignoble de Marcillac profite de l'influence de trois climats** : méditerranéen, océanique et continental qui en font un lieu propice au bon développement du raisin. À environ 400 mètres d'altitude, le Vallon de Marcillac est **réputé pour la douceur de son climat.**

LA CAVE & SES SECRETS



• •
*Rendez-vous chez nos vignerons
pour partager leur passion
et goûter leur nectar.*

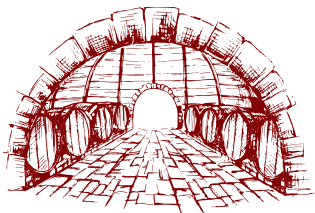
*Laissez-vous guider !
Une signalétique routière
vous accompagne
à travers les coteaux
et les paysages enchanteurs
jusqu'aux chais.*

•

www.tourisme-conques.fr/vignoble-aop-marcillac

Pour un séjour réussi autour du vin,
rendez-vous chez nos partenaires

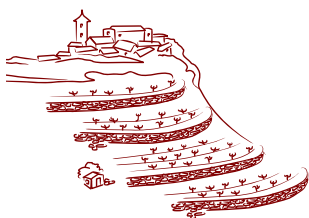




14 domaines & 1 cave
viticoles indépendants & coopérative



1 million
de bouteilles par an



200 hectares
en production



1 emblème : Le Liadour
(lien) le couteau des vignerons



Conversion progressive
à l'agriculture biologique



Quand la dégustation éveille les sens...

Mis en éveil, vos cinq sens vous invitent à découvrir l'univers du vin de Marcillac.

Écoutez...

Le léger « pop » du retrait du bouchon, le bruit de ce breuvage s'écoulant dans votre verre et tournoyant délicatement en son sein, afin d'en laisser échapper toutes les saveurs.

Contemplez...

L'observation du vin dans votre verre permet d'appréhender sa couleur, sa légèreté et sa fluidité. Sa robe présente une couleur rouge intense avec des reflets violets...

Sentez...

Chaque cuvée a son propre parfum, tantôt fruité, fleuri, boisé parfois épicé. Vous retrouverez probablement des arômes de fruits rouges.

Touchez...

Les mains effleurent délicatement le verre et ressentent sa fraîcheur, puis l'on porte le verre à ses lèvres et les arômes envahissent la bouche.

Savorez...

Moment intense... la mise en bouche vous dévoile des saveurs allant de la groseille à la mûre, souvent dominées par le cassis avec des notes d'épices poivrées.



7 expériences à vivre

1 *Ressentir l'esprit des lieux* avec Les Nocturnes de Conques

À 21 h, approchez-vous du parvis et écoutez le frère Prémontré conter l'histoire du tympan du Jugement dernier. Enchaînez par une déambulation à l'étage des tribunes au son de l'orgue qui envahit peu à peu l'abbatiale. Enfin, retrouvez le silence de la nuit avec la mise en lumière progressive du tympan...

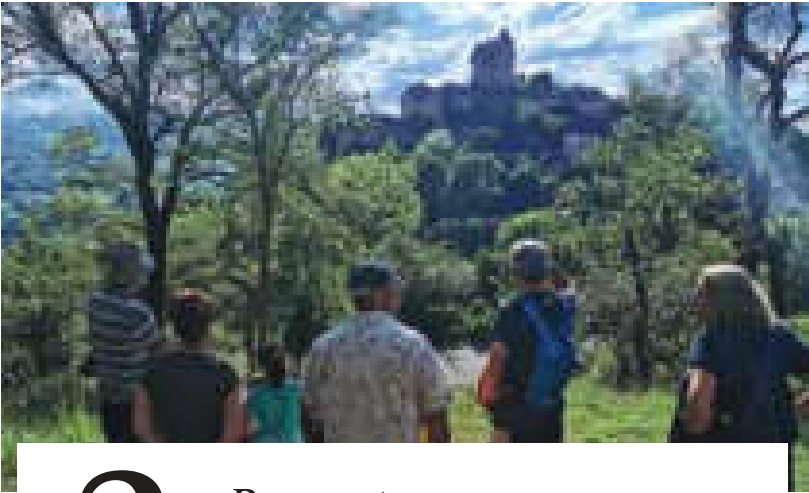




2 *Prendre le frais au pied de la cascade*

Les fortes chaleurs de l'été ne sont pas une excuse pour rester à la maison. Partez à la découverte de Salles-la-Source, petit village accroché à la falaise du Causse Comtal, et laissez-vous guider par les doux murmures du ruisseau, depuis la cascade jusqu'à son église romane blottie plus bas, dans la vallée.

www.tourisme-conques.fr/pause-fraicheur



3 *Rencontrer un Greeter d'ici**

Vous souhaitez découvrir notre destination autrement, partager avec l'un de ses habitants ses coups de cœur (patrimoine, nature, histoire locale, gastronomie, occitan...) Nos *Greeters d'ici* vous accueillent bénévolement pour une balade unique, authentique et conviviale au gré de vos envies !

www.tourisme-conques.fr/greeters-d-ici

*Greeters d'ici : néologisme anglais-occitan signifiant «hôte du pays»



4 *Déguster un verre de vin AOP Marcillac*

Parce qu'il n'y a pas mieux placé qu'un vigneron pour vous faire découvrir son vin, rendez-vous dans la fraîcheur de sa cave pour partager sa passion, prenez le temps de déguster et devenez un véritable ambassadeur des vins de Marcillac !

www.tourisme-conques.fr/vignoble-aop-marcillac

5 *Randonner au cœur de la Vallée du Lot*

Partez pour le village perché de La Vinzelle et baladez-vous au cœur de la vallée du Lot. Et pour vous récompenser de vos efforts, offrez-vous, au bord de la rivière, une pause fraîcheur bien méritée.

www.tourisme-conques.fr/randonnees

6 *Pousser les portes de l'authenticité*

Nos créateurs vous ouvrent leurs ateliers-boutiques pour partager leur savoir-faire et vous transmettre leur passion. Une plongée dans l'univers du fait-main, où toutes les matières sont à l'honneur.

Et pourquoi ne pas vous faire plaisir en vous offrant une pièce originale ?

www.tourisme-conques.fr/art-de-vivre



7 *Déambuler autour des étals du marché de Marcillac*

Tous les dimanches matins, on déambule autour des étals des producteurs locaux et des artisans, on flâne sous les platanes, on se laisse tenter par les diverses dégustations, on compose son menu avec des produits vendus directement par les producteurs.

www.tourisme-conques.fr/artistes-et-artisans-d-art





OUVREZ LA PORTE...



... ET ENTREZ DANS LE MONDE DE NOS CRÉATEURS

TERRE DES MÉTIERS D'ART

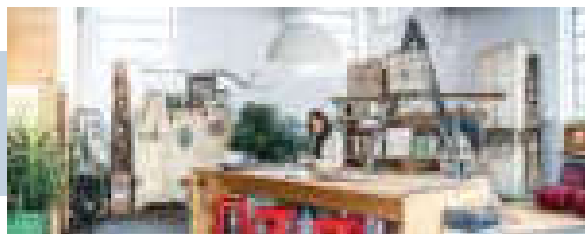
*Découvrez des univers, des gestes, des matières, des outils
et des talents cachés.*

L'atelier vous fait pénétrer dans l'univers secret de la création : en découvrant ces lieux, vous vous glissez dans l'intimité de l'artiste. Voici quatre éléments que vous découvrirez forcément en leur rendant visite :

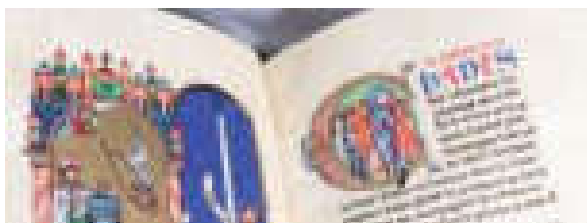


1 - Ses outils : Pinceaux, ciseaux, pinces, marteaux...
que serait un artiste sans ses outils ?

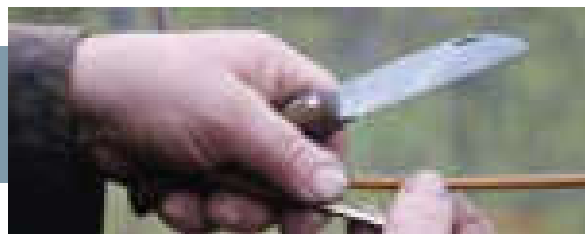
2- Son espace : L'atelier est non seulement un espace
de travail, mais il est aussi un espace de vie
et surtout un espace dédié à la création.



3 - Ses œuvres : L'atelier, c'est aussi la possibilité de voir
naître des pièces uniques des mains de son créateur.

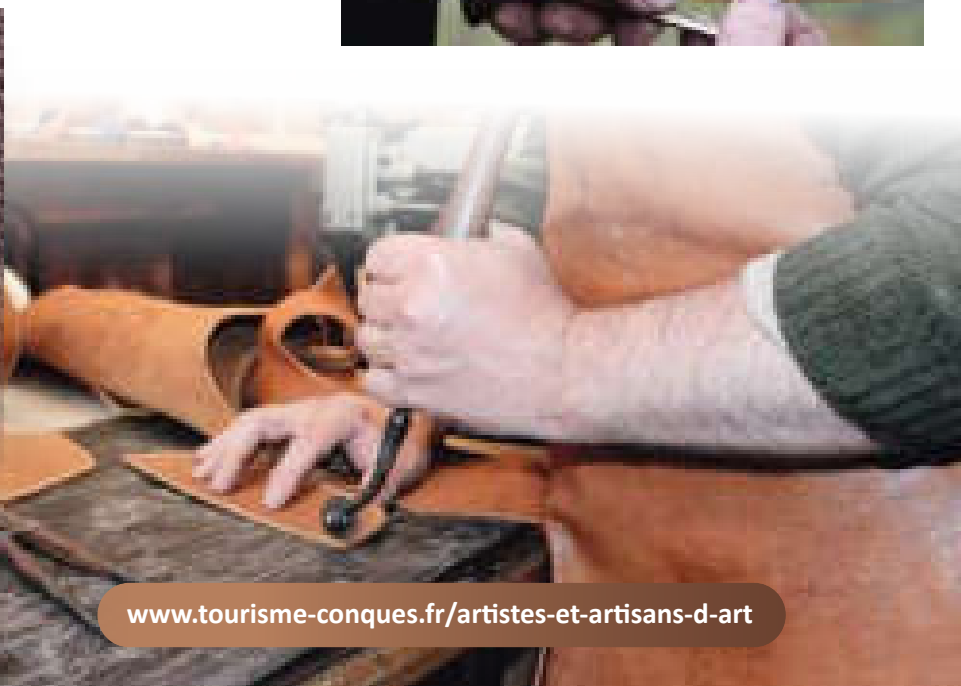


4- Son attachement au terroir, sa faculté à faire renaître
des savoir-faire ancestraux.



LE CUIR SOUS TOUTES SES COUTURES

À Conques, nos maroquiniers, sellier harnacheur, artisan chausseur, créateurs d'accessoires, ont une passion pour les belles peaux. Ils nous parlent du grain du cuir, du toucher particulier de la matière. De vos visites dans leurs ateliers, il vous reste le souvenir de l'odeur du cuir, et une fascination pour les gestes de leurs mains expertes au contact des peaux. Entrez dans leurs univers et offrez-vous leurs créations.



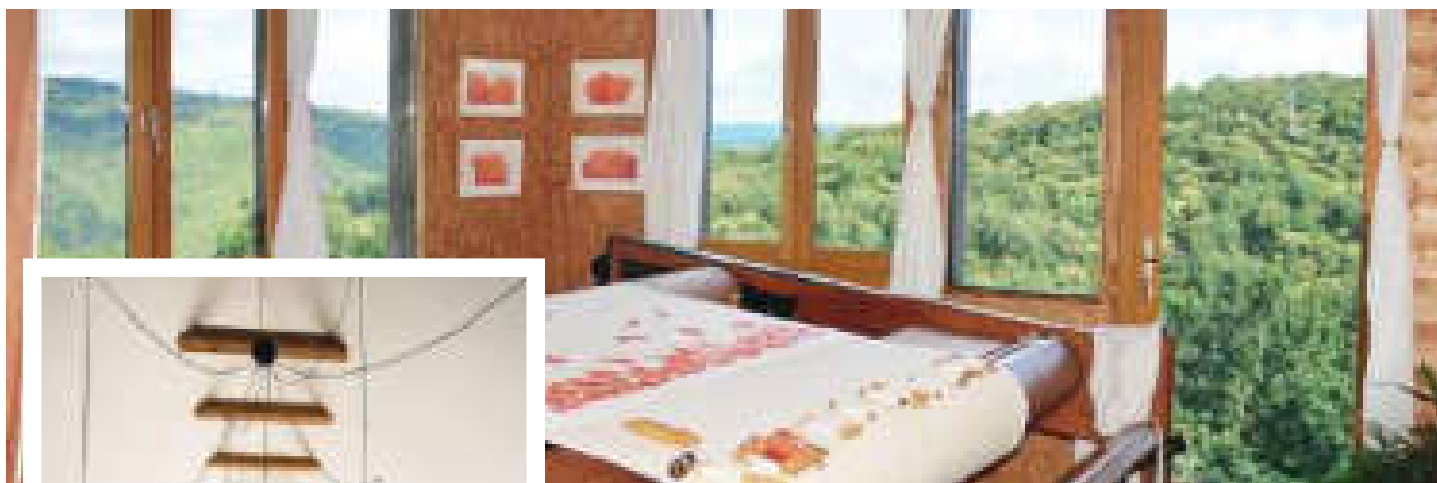
www.tourisme-conques.fr/artistes-et-artistes-d-art

LA TERRE MATIÈRE SANS LIMITE DANS LES MAINS DE NOS CRÉATEURS

La terre impose son rythme mais ce sont les mains des créateurs qui la façonnent, la transforment pour au final la sublimer.

Céramique, poterie, faïence, porcelaine, grès, raku, tournage ou simplement modelage sont autant de mots intrigants et trop souvent méconnus qui alimentent les fantasmes et la curiosité.

Plongez dans un monde fascinant, découvrez les techniques, les vertus du travail de la terre mais aussi les portraits de celles et ceux qui créent.



LA NATURE : SOURCE D'INSPIRATION

La nature, avec ses formes, ses couleurs et ses odeurs, influence largement le travail et la créativité de nos artistes. Ils n'ont d'ailleurs pas hésité à installer leur atelier au cœur de cette nature si apaisante et inspirante.

IDÉES DÉCOUVERTES

Parce que l'on ne profite jamais assez des bonheurs simples, réunissez la famille,
prenez le temps de vivre et suivez le guide !



MUSÉE D'ARCHÉOLOGIE - MONTROZIER



TERRA MEMORIA - BOZOULS

REMONTEZ LE TEMPS

Voyagez de la Préhistoire
au début du siècle dernier.

À Montrozier, l'archéologie n'aura plus aucun
secret pour vous. À Bozouls, Terra Memoria
vous présentera l'histoire de la Terre et des
paysages de l'Aveyron.

À Salles-la-Source, plongez dans la vie des
hommes et femmes des XIX^e et XX^e siècles au
musée des Arts et Métiers Traditionnels.



MUSÉE DE LA MINE - AUBIN

*De la plus grande mine
à ciel ouvert à la capitale
du Street art,
il n'y a qu'un pas.*



STREET ART - DECAZEVILLE



RENCONTRE ATYPIQUE

À quelques kilomètres de Conques, découvrez la **Ferme aux autruches**.

Leurs parades amoureuses, leurs danses suprenantes et leur démarche singulière raviront petits et grands.



BATEAU L'OLT - FLAGNAC

AU FIL DE LA VALLÉE DU LOT...

Naviguez sur la rivière Lot. À Saint-Parthem, découvrez la vie des hommes de la vallée au début du siècle dernier, au cœur de **Terra Olt**. Par delà la vallée du Lot, visitez la **Maison de la châtaigne**.



TERRA OLT
SAINT-PARTHEM



MAISON DE LA CHÂTAIGNE
MOURJOU

LA VIE DE CHÂTEAU



CHÂTEAU DE VIEILLEVIE

À **Vieillevie**, le maître des lieux vous raconte, en véritable passionné, la vie du château, mêlant anecdotes personnelles à l'Histoire. Poursuivez votre périple au **château du Colombier** et flânez dans son jardin médiéval. Partez direction Espalion, pour un voyage au Moyen Âge au **château de Calmont**.



CHÂTEAU DE CALMONT D'OLT
ESPALION



JARDINS DU CHÂTEAU DU COLOMBIER - MONDALAZAC

TERRE D'AVENTURE (S)



www.tourisme-conques.fr/activites



Ici, c'est simple, **votre terrain de jeu est sans limites** : il commence sur les corniches du Causse Comtal, à Salles-la-Source, se poursuit dans le vallon de Marcillac et se prolonge dans la Vallée du Lot. **Descente en canyon, rafting, kayak, accrobranche, escalade, spéléologie, rando VTT, balade à cheval, pêche, géocaching** sont quelques-unes des activités dont vous pourrez profiter.

Esprit Rando



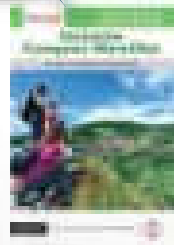
EN BALADE

Loin du quotidien agité et bouillonnant d'activités, profitez de votre séjour dans un lieu apaisé. Ici, la nature rythme vos journées...

Laissez-vous aller à une balade en forêt ou le long de la rivière, écoutez et observez la faune, émerveillez-vous devant nos cabanes de vigne, nos sécadous, nos murets de pierre sèche...

Téléchargez votre randonnée (PDF ou GPX) sur :

www.tourisme-conques.fr/randonnees



22 CIRCUITS BALISÉS...

...de **5** à **26** km

Au cœur de la vallée du Lot

TerraTRAIL



16
PARCOURS



Un terrain de jeu pour tous

"Courir sur les sentiers escarpés, en bordure de falaises, creusés par les cours d'eau aussi discrets qu'impressionnants comme la cascade de Salles-la-Source. Dévaler les pentes rugueuses des rougiers de Marcillac. S'épanouir entre les vignes du Vallon, ou encore goûter aux sentiers historiques et mythiques de Saint-Jacques de Compostelle à Conques."

Des terrains qui répondront à toutes les exigences de votre entraînement : des côtes raides, courtes, longues, des cingles tortueux, des descentes roulantes sur le Causse ou encore des descentes techniques... le fin cocktail qui saura ravir tous les traileurs."

Anne-Lise Rousset-Séguret
Marraine de Terra Trail



300
km de sentiers
balisés

 @TerraTrailConquesMarcillac

Téléchargez votre parcours (PDF ou GPX) sur :

www.tourisme-conques.fr/terra-trail



Un goût pour l'excellence

VIN AOP DE
MARCILLAC

LE CABÉCOU
DE CHÈVRE

LES FARÇOUS

LA FOUACE

LE SOLEIL DE
MARCILLAC

www.tourisme-conques.fr/producteurs

Farçous



Estofinade



**DÉGUSTEZ
LOCAL...**

**...avec les mets
glanés chez
nos producteurs,
sur nos marchés
ou proposés
par nos chefs.**

Cabécous au miel



Soleil de Marcillac



Estofinade



Ingrédients

- 800 g de stockfish,
- 600 g de p. de terre
- 150 ml d'huile de noix
- 150 ml de crème fraîche
- 4 œufs
- 3 gousses d'ail
- Une botte de persil
- Sel & poivre



4 pers.



1h30



25 min

Tremper le stockfish pendant 4 à 5 jours en changeant l'eau régulièrement.

Hacher finement le persil avec l'ail. Réserver.

Mettre le poisson dans une grande casserole d'eau et le cuire pendant une heure à eau frémissante. En profiter pour cuire les pommes de terre. Quand tout est cuit, égoutter séparément les pommes de terre et le poisson.

Effiloche le stockfish à la fourchette.

Écraser les pommes de terre. Couper deux

œufs durs en rondelles. Mélanger le tout.

Dans un bol, battre les deux autres œufs, verser l'huile de noix. Incorporer le tout à la purée, remettre sur feu doux en mélangeant une minute avec quelques feuilles de persil hachées.

Accords mets & vins

Ce plat s'associe parfaitement avec :

- **un vin rouge** : Les Crestes de Les Vignerons du Vallon ou Carles-Gervas du Domaine de Limagne, Domaine Croizat, Pépé Léon de la Vigne de Signols, Vin d'e/ancre du Domaine du Grès.
- **Un vin blanc** : La Mitat blanc du Domaine du Verdus, Tradition du Domaine de La Carolie, Terres Blanches du Domaine du Mioula.

Farçons



Ingrédients

- le vert de 4 ou 5 belles blettes
- une poignée de persil
- un oignon et une gousse d'ail
- 100 g de chair à saucisse
- 1 pain
- 4 oeufs
- 2 cuil. à soupe de farine
- 10 cl de lait



4 pers.



25 min



3 min

Hacher les blettes, le persil, l'oignon, l'ail et la chair à saucisse puis mélanger le tout. Réserver.

Dans une terrine, mélanger la farine et les œufs puis ajouter le lait. La pâte doit être un peu plus épaisse qu'une pâte à crêpes.

Incorporer le hachis et assaisonner.

Dans une grande poêle, faire chauffer de l'huile. Faire cuire la préparation en petits tas en essayant de former de petites galettes. Les retourner dès qu'elles sont dorées et servir aussitôt accompagnées d'une salade et de charcuterie (jambon, saucisson, friton...).

Accords mets & vins

Ce plat s'associe parfaitement avec :

- **un vin rouge léger** : cuvée Tradition de Les Vignerons du Vallon, Lo Sang del País du Domaine du Cros, Tandem du Domaine des Costes Rouges ou L'albinie 2018 du Domaine de l'Albinie
- **un vin rosé** : cuvée Tandem du domaine des Costes Rouges.
- **un vin blanc** : Alban 2019 du Domaine Matha, Blanc de Blancs du Domaine du Cros.

Soleil de Marcillac



Ingrédients

- 4 œufs entiers
- 100 gr de beurre
- 400 gr de sucre en poudre
- 600 gr de farine
- 1 sachet de sucre vanillé



4 pers



15 min



25 min

Casser les œufs et les mélanger avec le sucre et le sucre vanillé.

Une fois le mélange bien homogène, ajouter le beurre pommade bien mou mais non fondu.

Pétrir avec la farine jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse. Si la pâte est un peu molle y ajouter un peu de farine.

Étendre la pâte dans un plat et lui donner une forme de soleil. Pour cela, réaliser une croix à 8 branches au centre et replier les pointes vers l'intérieur. Tailler ensuite les bords extérieurs de la pâte et croiser les bandes entre elles.

Décorer avec des noix, noisettes ou amandes et dorer à l'œuf.

Mettre à cuire à four chaud (therm. 200°C) pendant environ 25 min.

Accompagner d'une salade de fruits frais.

Accords mets & vins

Ce dessert s'associe parfaitement avec **un ratafia** blanc ou rosé du Domaine Laurens, un ratafia rosé du Domaine Matha, des Vignerons du Vallon ou encore du Domaine des Costes Rouges. Il est également possible de l'associer **un vin blanc** doux du Domaine du Cros.

Cabécous au miel



4 pers.



5 min



10 min



Ingrédients

- 4 cabécous
- 4 tranches de pain
- Miel

Préchauffer le four th.6 (180°C).

Disposer chaque cabécou sur une tranche de pain.

Mettre au four environ 10 minutes, jusqu'à ce que le cabécou ait fondu et que le pain soit doré.

Badigeonner avec du miel.

Servir chaud, accompagné d'une salade verte assaisonnée avec du vinaigre balsamique et parsemée de quelques noix.

Accords mets & vins

Ce fromage s'associe parfaitement avec :

- **un vin blanc sec** : le Blanc de Blancs du Domaine du Cros, Flars du Domaine Laurens ou La Coccinelle du Domaine Rols, Estrementida du Domaine des Boissières, Terres d'Ors du Domaine du Mioula.
- **un vin rouge** : Domaine Durand

TOUTE L'ANNÉE

Dimanche matin
Marché de Marcillac

Le 1^{er} jeudi du mois
Marché de Saint-Cyprien

Mardi et vendredi matin
Marché de Decazeville

Mercredi et samedi matin
Marché de Rodez

EN JUILLET & AOÛT

Samedi soir
Marché de Producteurs de Pays
Valady

Mercredi soir
Marché de Producteurs de Pays
Saint-Parthem

Vendredi soir
Marché de Producteurs de Pays
Entraygues-sur-Truyère

Dimanche matin
Marché à Grand-Vabre

Les Marchés, ici se prépare votre repas

tourisme-conques.fr/agenda

TOUTES NOS BONNES TABLES

GOÛTEZ À LA GASTRONOMIE LOCALE

*Notre gastronomie repose
à la fois sur la qualité de ses produits
du terroir et sur le talent de ses chefs.*

*Venez vous régaler dans nos restaurants
traditionnels ou gastronomiques (dont un
étoilé au Guide Michelin !). Vous trouverez
toujours une table pour savourer nos
meilleurs produits et nos spécialités.*

tourisme-conques.fr/restaurants

DESTINATION AVEYRON

ET SES PLUS BEAUX VILLAGES DE FRANCE



Vallée du Lot

Aubrac



Conques



Estaing



Saint-Côme
d'Olt



Sainte-Eulalie
d'Olt

VILLEFRANCHE-
DE-ROUERGUE



Belcastel

■ RODEZ

Najac



Sauveterre-
de-Rouergue

Sévérac-le-Château

■ MILLAU



Peyre



Brousse-
le-Château



La Couvertoirade

Gorges du Tarn

Les caves de Roquefort

Viaduc de Millau

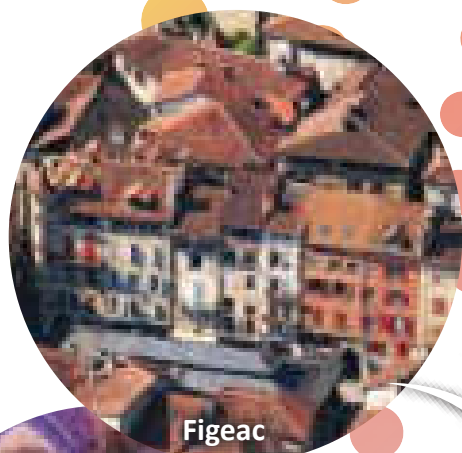
AVEYRON
VIVRE VRAI

www.tourisme-aveyron.com

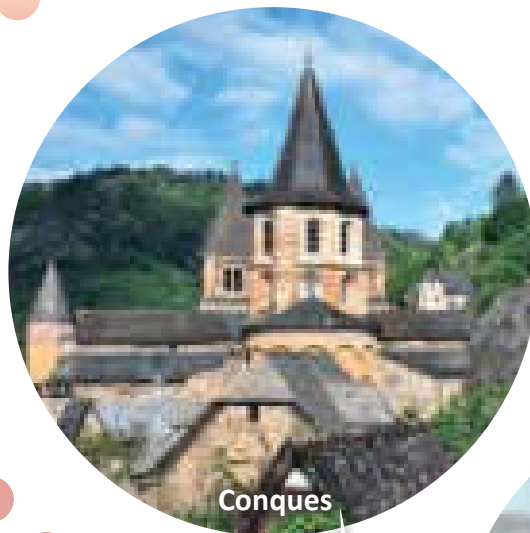
GRANDS SITES OCCITANIE

à moins d'une heure du Grand Site de Conques

*Des Pyrénées à la Méditerranée, l'Occitanie se révèle au détour de 41 lieux incontournables, majestueux, authentiques, sauvages ou légendaires.
La garantie d'une expérience inédite et inoubliable !*



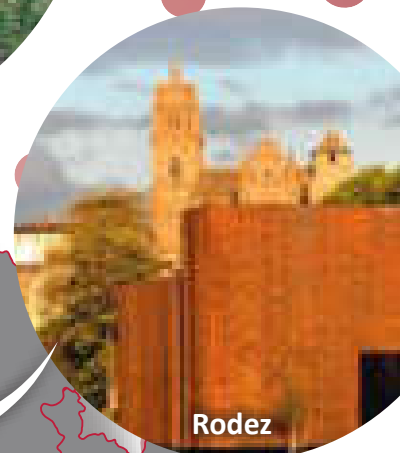
Figeac



Conques



Villefranche-de-Rouergue



Rodez



www.grands-sites-occitanie.fr



office de tourisme CONQUES MARCILLAC

Vignoble AOP Marcillac

www.tourisme-conques.fr



www.tourisme-conques.fr

+33 (0)5 65 72 85 00

contact@tourisme-conques.fr

Suivez-nous sur :



destination_conques
vallon de marcillac



@destination_conques

Nos hébergements



Nos événements

