

# VILLAGES ET VALLÉES D'AZUR

## SAVEURS & AGROTOURISME

CARNET DE VOYAGE



COMMUNAUTÉ  
D'AGGLOMÉRATION  
**SOPHIA ANTIPOLIS**  
CÔTE D'AZUR - FRANCE



VALBONNE  
SOPHIA ANTIPOLIS

# LES VISITES *guidées*

COMMUNAUTÉ D'AGGLOMÉRATION  
SOPHIA ANTIPOLIS



GRÉOLIÈRES



CIPIÈRES



GOURDON



COURSEGOULES



CHÂTEAUNEUF



TOURETTES-SUR-LOUP



LE BAR-SUR-LOUP



COMMUNAUTÉ  
D'AGGLOMÉRATION  
SOPHIA ANTIPOLIS  
CÔTE D'AZUR - FRANCE



Offices de  
Tourisme  
de France

DÉCOUVREZ LE PATRIMOINE  
DES VILLAGES LORS DE  
VISITES GUIDÉES GRATUITES !

OFFICE DE TOURISME INTERCOMMUNAL  
[WWW.VILLAGESVALLEESDZUR-TOURISME.FR](http://WWW.VILLAGESVALLEESDZUR-TOURISME.FR)

ÉDITO

# Saveurs et agrotourisme

## ÉDITION

**Directeurs de collection et auteurs :**  
Dominique AUZIAS et Jean-Paul LABOURDETTE

**Auteurs :** Coralie MICHARD, Jean-Paul LABOURDETTE, Dominique AUZIAS et alter

**Responsable d'édition :** Isabelle DREZEN

**Directeur Editorial :** Stéphane SZEREMETA

**Rédaction Monde :** Laure CHATAIGNON,  
Morgane VESLIN, Pierre-Yves SOUCHET,  
Natalia COLLIER

**Rédaction France :** Briséis CREAMH-MENUT,  
Nicolas WODAR CZAK, Mélanie COTTARD,  
Audrey VEDOVOTTO

## FABRICATION

**Maquette et Montage :** Romain AUDREN,  
Julie BORDES, Delphine PAGANO

**Iconographie et Cartographie :** Anne DIOT,  
Julien DOUCET

## WEB ET NUMÉRIQUE

**Directeur Web :** Louis GENEAU de LAMARLIERE

**Développeurs :** Guillaume BARBET,  
Adeline CAUX et Roland SPOUTIL

**Intégrateur Web :** Mickael LATTES,  
Antoine DION

**Webdesigner :** Caroline LAFFAITEUR

**Community Traffic Manager :** Alice BARBIER,  
Mariana BURLAMAQUI et Noémie LE SAUX

## DIRECTION COMMERCIALE

**Directeur commercial :** Guillaume VORBURGER

**Coordinatrice des Régies commerciales :**  
Manon GUERIN

**Account Manager Marketplace :**

Leila ROUGEOT assistée de Lola FAVRE-MOT

**Responsable Régies locales :**  
Michel GRANSEIGNE

**Responsables Développement régie inter :**  
Jean-Marc FARAGUET et Guillaume LABOUREUR

**Chefs de Publicité Régie internationale :**  
Camille ESMIEU

**Chefs de Publicité Régie nationale :**  
Caroline AJBRY, François BRIANCON-MARJOLLET,  
Perrine DE CARNE MARCEIN, Armélie NOEL

## DIFFUSION ET PROMOTION

**Directrice des Ventes :** Bénédicte MOULET  
assistée d'Aïssatou DIOP

**Responsable des ventes :** Jean-Pierre GHEZ  
assisté de Nelly BRION

**Relations Presse-Partenariats :**  
Jean-Mary MARCHAL

## ADMINISTRATION

**Président :** Jean-Paul LABOURDETTE

**Directrice des Ressources Humaines :**

Dina BOURDEAU assistée de Sandra DOS REIS  
et Eva BAELEN

**Directrice Administrative et Financière :**  
Valérie DECOTTIGNIES

**Comptabilité :** Guillaume PETIT,  
Aminata BAGAYOKO, Jeannine DEMIRDJIAN

**Recouvrement :** Fabien BONNAN assisté  
de Sandra BRJLALL

**Responsable informatique :** Elie NZUZI-LEBA

CARNET DE VOYAGE VILLAGES ET  
VALLÉES D'AZUR - SAVEURS ET AGROTOUTRISME

LES NOUVELLES ÉDITIONS DE L'UNIVERSITE

18, rue des Volontaires - 75015 Paris.

01 53 69 70 00 - Fax 01 42 73 15 24

Internet : [www.petitfute.com](http://www.petitfute.com)

SAS au capital de 1 000 000 € - RC PARIS B 309 769 966

Couverture : © Marine de Valbonne

Impression : IMPRIMERIE CHÉRAI -

42540 Saint-Just-la-Pendue

Achévé d'imprimerie : mai 2022

Dépot légal : mai 2022

ISBN : 9782305072111

À l'heure où l'impact de notre alimentation sur notre santé et l'environnement est devenu une préoccupation de premier plan, ce guide met en lumière toute la richesse agricole et gastronomique du territoire « Villages et Vallées d'Azur ». Au gré des restanques, au pied du Cheiron, en passant par les gorges et les balcons du Loup, plus d'une centaine de bonnes adresses de producteurs, éleveurs, agriculteurs, artisans sont recensées... Tous soucieux d'avoir un impact neutre, voire positif, sur l'environnement. Pour figurer dans ce guide, chacun de ces talents a dû répondre à l'un de nos trois critères : accueil du public sur leurs lieux d'activité ; animation ou dégustation de produits proposés à la vente ; présence régulière chez les commerçants ou sur les marchés.

Nous avons également eu à cœur de privilégier les restaurateurs engagés pour une cuisine responsable, favorisant l'approvisionnement local et de qualité.

Voilà chose faite ! Les adresses incontournables pour rencontrer les producteurs et acheter en direct ou sur les marchés locaux, lieux de visites et de dégustations... Tout y est ! Il ne nous reste plus qu'à vous souhaiter de savourer votre escapade, le temps d'un week-end ou lors de vacances en famille ou entre amis sans en laisser une miette !



CARTE D'IDENTITÉ .....	6
LA TRADITION AGRICOLE .....	8
LE PATRIMOINE GASTRONOMIQUE .....	11
LES LABELS .....	14
LES MARCHÉS RÉGULIERS .....	15
FÊTES ET MARCHÉS ANNUELS .....	18

## **INCONTOURNABLES SUR UNE JOURNÉE...22**

### **PROMENADES AU GRÉ DES RESTANQUES...24**

VALBONNE .....	26
OPIO .....	35
CHÂTEAUNEUF-GRASSE .....	38
LE ROURET .....	42
ROQUEFORT-LES-PINS .....	44
OÙ DORMIR ? .....	45

### **LES GORGES ET BALCONS DU LOUP.....47**

TOURRETTES-SUR-LOUP .....	48
LE BAR-SUR-LOUP .....	56
COURMES .....	59
GOURDON .....	60
CAUSSOLS .....	65
OÙ DORMIR ? .....	67

### **ESCAPADES AU PIED DU CHEIRON .....68**

BOUYON .....	70
BEZAUDUN-LES-ALPES .....	71
COURSEGOULES .....	72
GRÉOLIÈRES .....	75
CIPIÈRES .....	79
OÙ DORMIR ? .....	80





© NOBLE NATURE - SHUTTERSTOCK.COM



© SHUTTERSTOCK.COM

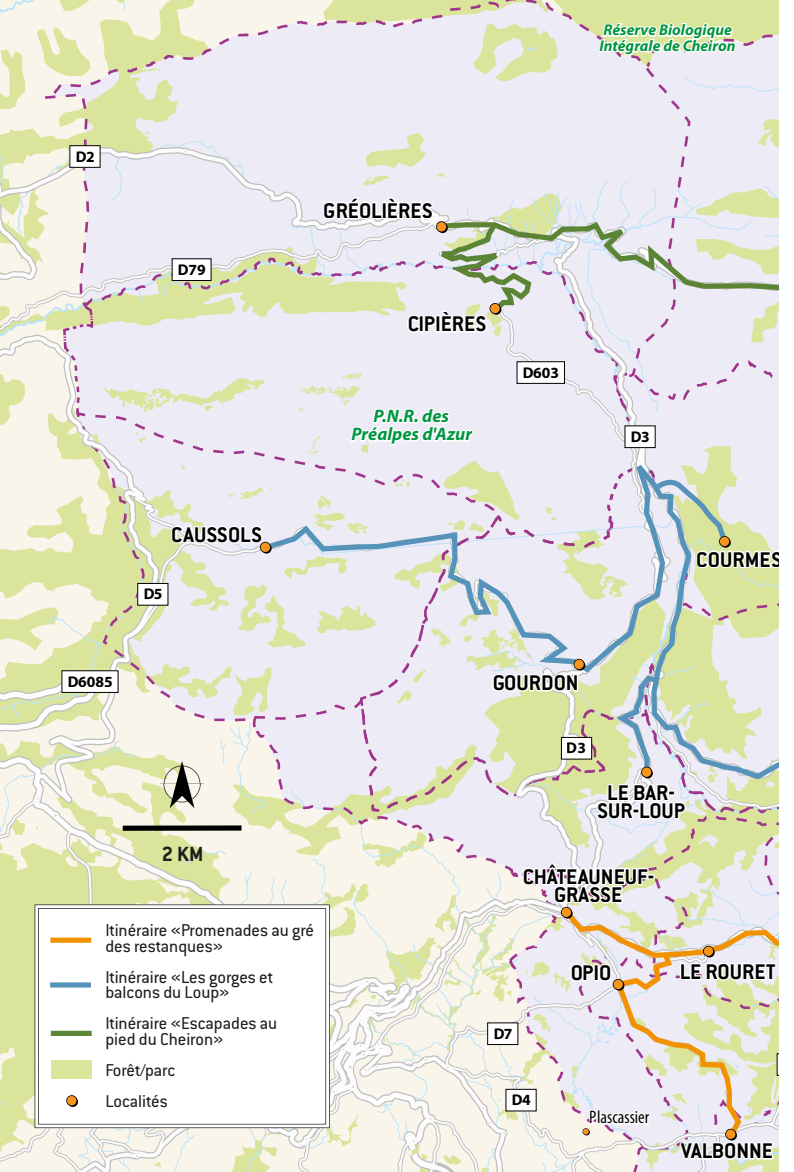


© JENKINS, CORBIS



© SOPHE BOULET

Réserve Biologique  
Intégrale de Cheiron



GRÉOLIÈRES

CIPIÈRES

CAUSSOLS

COURMES

GOURDON

LE BAR-SUR-LOUP

CHÂTEAUNEUF-GRASSE

OPIO

LE ROURET

Plascassier

VALBONNE

P.N.R. des  
Préalpes d'Azur

2 KM

- Itinéraire «Promenades au gré des restanques»
- Itinéraire «Les gorges et balcons du Loup»
- Itinéraire «Escapades au pied du Cheiron»
- Forêt/parc
- Localités



BOUYON

BÉZAUDUN-LES-ALPES

COURSEGOULES

TOURRETES-SUR-LOUP

ROQUEFORT-LES-PINS

Vence

La Gaude

La Baronne

Saint-Jeannet

Gattières

Saint-Paul-de-Vence

La Colle-sur-Loup

Cagnes-sur-Mer

Saint-Laurent-du-Var

Saint-Martin-du-Var

Carros Village

Le Broc

Baie des Anges

M1

M1

M2210

M2

M2210

M6202

M118

A8

D7

D204

D2085



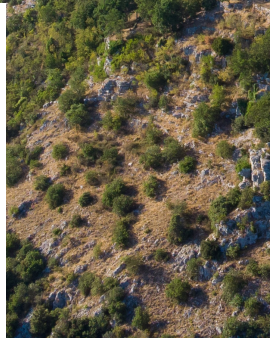
DÉCOUVERTE

# Carte d'identité



ALEXANDRE G. ROSA - SHUTTERSTOCK.COM

Ce guide concerne les 18 villages de la Communauté d'Agglomération Sophia Antipolis s'étageant de l'arrière-pays d'Antibes jusqu'aux villages de la rivière Estéron. À deux pas de la mer, les collines qui le composent font écho aux sommets de la montagne du Cheiron et déploient un territoire habité et préservé. Une terre féconde et valorisée par ses agriculteurs et producteurs locaux encourageant la mise en place de circuits courts et respectueux de l'environnement, indispensables au bon développement de ces espaces. Entre les hautes montagnes et le littoral : les sommets, plateaux, forêts, gorges, restanques et villages pittoresques vous réservent de belles surprises. Sans compter les découvertes gustatives que révèle un patrimoine gastronomique aussi riche que diversifié. Découvrez ce territoire à travers ses produits locaux et ceux qui les fabriquent !









DÉCOUVERTE

# La tradition agricole

Élevage, maraichage, apiculture, plantes aromatiques et les plantes à parfums, olives : les agriculteurs et leurs cultures font vivre au rythme des saisons, les paysages du territoire. Un territoire ressource où l'agriculture riche et variée se veut durable et les circuits courts fortement pâtibiscités.



## LE PASTORALISME

Activité agricole majeure sur le territoire, l'élevage de brebis, chèvres et même de vaches marque les paysages et la biodiversité des milieux exploités. Entre pâturages d'altitude et parcours méditerranéens, cette pratique ancestrale répandue permet aux éleveurs de proposer des viandes et des fromages de grande qualité.

## L'OLÉICULTURE

Au XVIII<sup>e</sup> siècle, l'oléiculture était l'une des activités économiques les plus importantes de la région. De nos jours, les olives « cailletiers », variété d'olives typique du sud de la France, s'épanouissent sur toutes les terrasses des coteaux bien exposés.

© CAPRICORN STUDIO - ISTOCKPHOTO.COM



© BERNARD CROISE

## LE MARAÎCHAGE

Cultures de fruits et légumes sont principalement présentes sur les restanques des coteaux ou en montagne. Et si la production s'étale sur l'année dans les communes méditerranéennes favorables, une récolte saisonnière est de mise en montagne où le climat est plus rigoureux.

## L'HORTICULTURE

Orangers, violettes, roses, fleurs de jasmin, plantes aromatiques... Le territoire « Villages & Vallées d'Azur » est plus que jamais propice à la cueillette de plantes à parfum, aromatiques et médicinales. Séchées, en tisanes ou encore en sirops, elles parfument les plats et peuvent même servir dans la création de cosmétiques naturels.



© ALFROG - SHUTTERSTOCK.COM



© ALEXANDRU MAGUREANU - ISTOCK PHOTO

## L'APICULTURE

La qualité du terroir et des apiculteurs engagés : le territoire bénéficie d'un environnement privilégié et d'apiculteurs passionnés pour mettre en pot le fruit d'un environnement préservé avec ferveur. Une Indication Géographique Protégée pour tous les miels de Provence marque cette démarche qualité.

DÉCOUVERTE

# Le patrimoine gastronomique



Riche de contrastes et des traditions agricoles couvrant le territoire, le patrimoine gastronomique du moyen et haut pays se veut tantôt cuisine traditionnelle de montagne à base de produits naturels, tantôt parfumée de touches méditerranéennes qui promettent des saveurs exceptionnelles en bouche. Une invitation culinaire colorée et gorgée de soleil.



© MARCOULLAT PHOTO - SHUTTERSTOCK.COM

## LE PAN BAGNAT

Le pan bagnat, souvent appelé à tort « pain bagnat », est un sandwich au thon, aux légumes frais et à l'huile d'olive reconnaissable par son pain rond. En-cas destiné à nourrir les pêcheurs, à partir d'ingrédients simples et bon marché à l'origine, le meilleur pan-bagnat de la Côte d'Azur est aujourd'hui à retrouver à la boulangerie Dutto de Châteauneuf de Grasse.

## LA TAPENADE

Aucun apéritif n'est complet sans tapenade, une trempette à base d'olives noires, de câpres, d'anchois, d'ail et d'huile d'olive, servie avec des croûtons. Il existe de nombreuses variantes, avec des olives vertes notamment que vous pourrez retrouver au Moulin d'Opio.

© MARGUILLET PHOTO - SHUTTERSTOCK.COM



© JACQUESVANDINTEREN - ISTOCKPHOTO.COM

## LES CONFISERIES

Fruits confits et pâtes de fruits recouverts de chocolat (ou non) ou encore fleurs cristallisées de la Confiserie Florian, violettes de Tourrettes, produites par la famille Coche à la Bastide aux Violettes, ou encore nougats et pains d'épices de Gourdon... Les becs sucrés auront de quoi se régaler !

## LA FOUGASSE

On retrouve cette petite brioche entrelacée dans toutes les boulangeries et les marchés de la région. Selon les goûts, il est possible de l'apprécier en version salée, fourrée à l'olive, aux oignons ou aux lardons, ou dans son alternative sucrée à la fleur d'oranger : « la fougassette ». Faites une halte à la boulangerie Les Gourmandises de Tourrettes à Tourrettes-sur-Loup pour y goûter !



© BERNARD CROISÉ



© OLESIA TETERIA - SHUTTERSTOCK.COM

## LE VIN D'ORANGE

On le réalise en faisant macérer des peaux d'oranges amères séchées, dans un excellent rosé de Provence. Le résultat : un apéritif frais, parfumé, moyennement alcoolisé très agréable en été. Pour en savoir plus sur ce vin et recueillir quelques conseils, rendez-vous à la Fête de l'Orange au Bar-sur-Loup : le lundi de Pâques.



## DÉCOUVERTE

# Les labels



### VALEURS PARC

Au service du développement durable, la marque Valeurs Parc s'articule autour de 3 valeurs fortes : l'humain, la préservation de l'environnement et l'attachement au territoire. Produits artisanaux, hébergements, prestations touristiques, la marque « Valeurs Parc naturel régional » est le gage de savoir-faire traditionnels et innovants mais surtout engagés.

**En savoir plus :** [www.parcs-naturels-regionaux.fr](http://www.parcs-naturels-regionaux.fr)  
[www.parc-prealpesdazur.fr](http://www.parc-prealpesdazur.fr)

### 06 ROUTE DES OLIVIERS

Sur la route des oliviers, partez à la rencontre des oléiculteurs, mouliniers et confiseurs, producteurs d'huile d'olive de Nice AOP, d'olives de table et de pâte d'olive à travers un parcours gastronomique gorgé de saveurs. Une occasion unique de découvrir ou redécouvrir le territoire à travers 99 communes du département des Alpes-Maritimes.

**Pour en savoir plus :** [www.olivedenice-aop.com](http://www.olivedenice-aop.com)



### FIERS DE NOS AGRICULTEURS

Consommez local dans les Alpes-Maritimes avec le label Fiers de nos agriculteurs. Créé en 2016 par le département, ce label a pour objectif de promouvoir la richesse de la production locale et les circuits courts permettant de mieux connaître les producteurs locaux primés ou engagés dans des démarches de qualité avec des produits de terroir.

**En savoir plus :** [www.departement06.fr](http://www.departement06.fr)





DÉCOUVERTE

# Les marchés réguliers

Que vous visitiez le territoire en vacances ou que vous soyez « du coin », découvrir les marchés locaux est un véritable plaisir. Bourdonnant de vie, gorgés de saveurs et de couleurs, les marchés du moyen et haut pays sont des lieux où vous trouverez certains des meilleurs produits locaux.

© ROMANO PHOTO - SHUTTERSTOCK.COM



## BOUYON

Le petit marché Bouyonnais, produits du terroir et vêtements, le 1<sup>er</sup> dimanche de chaque mois d'avril à décembre, de 8h à 13h.

© BERNARD CHOISE



## TOURRETTES-SUR-LOUP

Marché provençal, alimentaire, textiles, bijoux, divers, tous les mercredis matin de 9h à 13h, Place de la Libération.

© AN LOUISE HAGEVY - SHUTTERSTOCK.COM



## CHÂTEAUNEUF

Marché du Pré du Lac, produits alimentaires tous les lundis matin jusqu'à 13h, place de Pins.

Marché Paysan, producteurs de produits alimentaires, tous les matins du mardi au samedi de 9h à 12h30 et le vendredi après-midi de 15h à 19h, sur la D3 en direction d'Opio.

© ARTMARIE - ISTOCK PHOTO.COM



## LE ROURET

Marché de nos collines, produits alimentaires de producteurs locaux en vente direct, du mardi au samedi de 8h30 à 19h, dimanche de 9h à 12h30 à la Maison du Terroir, 9 route d'Opio.

## DÉCOUVERTE

# Les marchés réguliers

16

© CÉCILE MARQUIS LA GRIGNOTE



### GRÉOLIÈRES

**Marché producteurs locaux et artisans,** produits du terroir et artisanaux, le samedi de 9h à 12h.

© JULIE NOBLET



### COURSEGOULES

**Marché paysan du Cheiron,** produits alimentaires.

© JULIE NOBLET



### GOURDON

**Marché des Artisans et des Producteurs,** produits alimentaires et artisanaux, de 10h à 15h le dimanche d'avril à octobre sur le parking du jeu de boules.

© FLEGERE - SHUTTERSTOCK.COM



### OPIO

**Vente directe des agriculteurs locaux avec Rémi Lefebvre** – les mercredis, jeudis et vendredis matin, parking du rond-point de la Font neuve – **et Max**, suivant sa production, devant le Parc des Loisirs.

© JULIE NOBLET



### CIPRIÈRES

**Petit marché paysan,** produits alimentaires, tous les vendredis de 17h à 20h.

© IRINA WILHAUK - SHUTTERSTOCK.COM



### CAUSSOLS

**Marché paysan,** produits alimentaires de producteurs locaux en vente directe, du lundi au samedi de 9h à 12h30 et de 16h à 18h30, 56 place Deregnacourt.

© ECODU - ISTOCKPHOTO.COM



## LE BAR-SUR-LOUP

**Marché de producteurs locaux**, produits alimentaires, tous les deuxièmes jeudis du mois, Square Seytre.

**Marché Italien**, produits alimentaires et artisanaux italiens, uniquement le troisième samedi du mois, Square Seytre.

© PK-PHOTOS - ISTOCKPHOTO.COM



## ROQUEFORT-LES-PINS

**Marché provençal**, produits alimentaires, textiles, bijoux, divers, tous les mercredis matin, à partir de 8h au centre village.

**Marché Notre-Dame**, légumes locaux et charcuterie/fromages italiens, tous les jeudis matin, à partir de 8h, sur le parking Notre-Dame.

© MAIRIE DE VALBONNE



## VALBONNE

**Marché provençal**, produits alimentaires producteurs locaux, textiles, bijoux, divers, chaque vendredi matin de 8h à 14h, place des Arcades et rues du village à Valbonne village.

**Marché des producteurs et de vente en circuit court**, produits locaux et de saison, produits bio, chaque vendredi de 8h à 13h, place de l'église à Valbonne village.

**Marché de producteurs Domaine de Peijeau**, fruits et légumes, miels et produits de la ruche, huiles d'olive... les samedis de 16h à 19h à Chèverrie de Valbonne, en face du lycée Simone Veil.

**Vente de fromages de chèvre** les mercredis, jeudis et vendredis de 16h à 19h et le samedi de 10h à 12h et de 16h à 19h.





DÉCOUVERTE

# Fêtes et marchés annuels

Janvier

Février

## LE ROURET



© OSTILL - ISTOCKPHOTO.COM

### LA FÊTE ET LE MARCHÉ DE LA TRUFFE

Véritable tradition ayant lieu courant du mois de janvier, c'est une journée haute en saveurs avec un marché provençal sur la place du village où l'on retrouve des truffes bien-entendu à acheter et à déguster lors de démonstration de recettes à base de truffes. Sans oublier les ateliers, conférences et les démonstrations de chiens truffiers.

## GRÉOLIÈRES



© TOMAU - SHUTTERSTOCK.COM.JPG

### FÊTE DE LA TRUFFE

Avis aux amateurs, chaque dernier week-end de janvier, la truffe est à l'honneur au cœur du village ! Le diamant noir se fête autour d'une conférence par le syndicat des trufficulteurs et de la vente de produits dérivés de la truffe et de produits du terroir, sans oublier la démonstration de chiens truffiers à ne surtout pas manquer.

## VALBONNE



© MAIRE DE VALBONNE

### FÊTE DE LA SAINT-BLAISE

Comme chaque dernier week-end de janvier depuis 60 ans, le village de Valbonne rend hommage au raisin le servan exclusivement produit dans sa commune et célèbre le vin et les produits du terroir avec un marché de producteurs, des démonstrations de cuisine, la visite de la vigne communale, et de nombreuses animations pour petits et grands.

Mars

Avril

## TOURETTES-SUR-LOUP



© BERNARD CROISE

### LA FÊTE DE LA VIOLETTE

La violette, c'est LA spécialité de Tourrettes-sur-Loup qui lui consacre chaque année une grande fête chaque premier week-end de mars à la fin de sa récolte. Véritable rendez-vous, elle donne lieu à un corso fleuri et à une bataille de fleurs à laquelle tout le monde peut participer avant de déguster la fleur dans les assiettes des restaurants.

## LE BAR-SUR-LOUP



© BERNARD CROISE

### FÊTE DE L'ORANGER

Un lundi de Pâques parfumé, c'est ce que vous promet cette fête traditionnelle mettant à l'honneur le savoir-faire des artisans qui y exposent, le bigaradier et le fameux vin d'orange amère. Animations, démonstrations, visites guidées, jeux et ateliers pour enfants, vous attendent... et bien sûr l'orange à déguster dans tout le village.

## CHÂTEAUNEUF



© MARIDAV - SHUTTERSTOCK.COM

### FÊTE AGRICOLE DU BRUSC

Si sa vocation était de faire venir la pluie pour les cultures, la fête agricole et pastorale du Brusco représente aujourd'hui une belle occasion de découvrir les traditions locales, apprécier les produits du terroir et profiter de nombreux divertissements lors d'un pique-nique géant sous les oliviers des jardins de la Chapelle Notre-Dame-du-Brusco courant du mois d'avril.

Mai

Juin

Juillet

Août

**LE ROURET**



© BERNARD CROISE

**FESTI'BIO**

Des animations pour petits et grands, des ateliers, un marché bio et local avec des producteurs et des artisans, des repas bio et une buvette pour dessiner l'avenir autour de l'humain et de l'environnement. Une journée 100 % bio à vivre en famille au début du mois de juin, Place de la Libération.

Pistou  
 x 1 = 6€  
 AB x 3 = 17€

**CAUSSOLS**



© DIETER HAWLAN - SHUTTERSTOCK.COM

**FÊTE DU TERROIR ET DE L'ÉLEVAGE**

Chaque dernier dimanche de juillet la foire traditionnelle du Pré des Loisirs laisse place aux animaux d'élevage, produits du terroir et autres créations artisanales, pour le plaisir des grands et petits gourmands qui apprécieront notamment la présence d'une ferme pédagogique. Entrée libre, buvette et grillades.



Septembre

Octobre

Novembre

Décembre

## CHÂTEAUNEUF



### FÊTE DE LA COURGE

Organisée au profit d'une ou plusieurs associations humanitaires, cette belle fête automnale et familiale met à l'honneur la courge dans tous ses états. Animations, produits locaux, artisanat sont au programme. Rendez-vous chaque 3<sup>e</sup> dimanche d'octobre au cœur du village pour tout savoir sur les cucurbitacées.

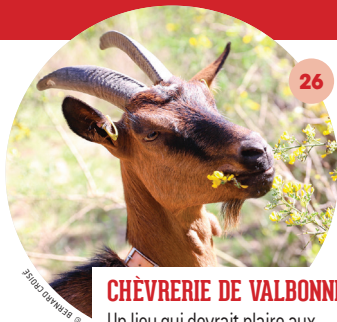
## GOURDON



### MARCHÉ DE LA TRUFFE

Vente de truffes, produits locaux et artisanaux, de 9h à 17h au cœur du village en décembre. Au programme des festivités : vente de truffes par le Syndicat Trufficulteurs des Alpes-Maritimes, et par Thomas Bousckri, trufficulteur et producteur de morilles à Gourdon. Vente de chênes truffiers, vente à emporter de plats à base de truffe, marché de producteurs et artisans locaux dont les produits sont certifiés faits maison, démonstration de chiens truffiers et dégustation offerte de marrons chauds.

Si vous disposez d'une seule journée pour organiser votre tour gourmand, les sites mis en avant dans ce circuit allant de Valbonne à Tourrettes-sur-Loup vous donneront un aperçu de la gastronomie et des traditions agricoles du territoire. Entre chefs et producteurs locaux, c'est autant de trésors gustatifs à découvrir à travers un itinéraire facile d'accès qui promet de vous régaler !



### CHÈVRERIE DE VALBONNE

Un lieu qui devrait plaire aux petits comme aux grands pour sa visite pédagogique à la ferme et les délicieux produits à retrouver en vente directe.



### CONFISERIE FLORIAN

C'est le paradis des becs sucrés ! Visite d'ateliers de fabrication artisanale de bonbons et chocolat, passage obligé par la boutique avant de partir.



### MOULIN D'OPIO

Au cœur du petit village provençal d'Opio, le moulin éponyme propose à la vente des huiles d'olive de qualité ainsi que diverses autres recettes.



### BACHO

Pour y découvrir des bières artisanales brassées localement dans une ambiance cosy. Ateliers de brassage et vente en boutique comme sur internet.



# INCONTURNABLES SUR UNE JOURNÉE

27



## VALBONNE VILLAGE

Magnifiquement préservé, le vieux village de Valbonne a conservé toute son authenticité. Une balade agréable pour flâner le long des ravissantes ruelles, siroter un cocktail au soleil d'une terrasse ou déjeuner dans un des restaurants de charme que compte la ville.

38



## DOMAINE DU PIÉCHAL

Une exploitation oléicole, tenue avec passion par Annette et Erwan. Visite sur rendez-vous.

48



## LA BASTIDE AUX VIOLETTES

Le temple de la violette de Tourrettes-sur-Loup ! Pour tout savoir sur cette plante emblématique.

75



## PISCICULTURE DU CHEIRON

Élevage bio de truites qui ouvre ses portes (en été) aux visiteurs curieux de découvrir une exploitation.

Vous avez envie de découvrir cet arrière-pays azuréen dont vous avez tant entendu parler ? Au gré des restanques entre Valbonne, Opio et le Rouret, partez à la découverte de toute la biodiversité de la flore méditerranéenne visible tout le long du parcours. Un voyage gourmand entre restaurants fûtés et producteurs engagés. Et si l'envie vous en dit, complétez votre excursion en passant par Châteauneuf ou encore Roquefort-les-Pins.



PAGE 38

3

CHATEAUNEUF-GRASSE

D2085

PAGE 35

2

OPIO

D7

 DURÉE CONSEILLÉE : 1 JOURNÉE

VALBONNE → OPIO ..... 5,8 km

OPIO → CHATEAUNEUF-GRASSE ..... 3,3 km

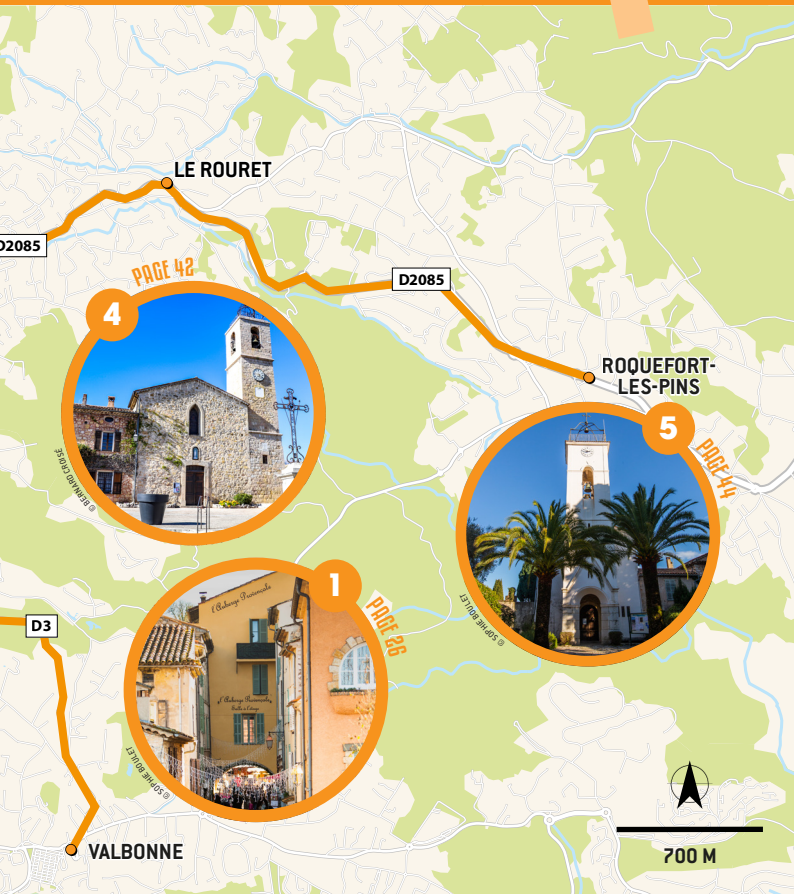
CHATEAUNEUF-GRASSE → LE ROURET .. 3,5 km

LE ROURET → ROQUEFORT-LES-PINS ... 3,5 km

# PROMENADES AU GRÉ DES RESTANQUES

ROQUEFORT-LES-PINS

VALBONNE



LE ROURET

D2085

PAGE 42

4

D2085

ROQUEFORT-  
LES-PINS

5

PAGE 44

D3

1

PAGE 26

VALBONNE

700 M



PROMENADES AU GRÉ DES RESTANQUES

# Valbonne

Véritable carte postale, le village historique d'origine est aujourd'hui étroitement lié au parc technologique de Sophia Antipolis. Une particularité de plus que compte Valbonne qui abrite une vieille ville construite selon un plan très précis et quadrillé, les rues ayant toutes la même largeur et étant perpendiculaires les unes aux autres. Articulé autour de la « Place des Arcades » dont les arcades servaient autrefois d'abri aux marchands, Valbonne offre aux visiteurs un cadre propice à la détente et à la gourmandise.

## BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE DE VALBONNE

Situé près de la place des Arcades  
au cœur du village de Valbonne

14, rue de la Fontaine

☎ 04 89 87 73 30

[www.villagesvalleesdazur-tourisme.fr](http://www.villagesvalleesdazur-tourisme.fr)

*Ouvert toute l'année de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30. Tous les jours du 1<sup>er</sup> juin au 30 septembre. Du lundi au samedi du 1<sup>er</sup> octobre au 31 mai. Fermé les jours fériés sauf le 14 juillet et le 15 août.*

Vous trouverez ici une information complète sur la ville et les nombreuses manifestations organisées par la Commune, ainsi que sur les réseaux de transport locaux. L'Office de Tourisme Intercommunal propose toute l'année des visites guidées gratuites de Valbonne Village et des villages aux alentours (sur réservation). Pour être sûr de ne rien rater, vous pourrez retrouver toutes les animations organisées par la commune sur le site [www.ville-valbonne.fr](http://www.ville-valbonne.fr)

## A VOIR / A FAIRE

### LA CHÈVRERIE DE VALBONNE ♥

1382, route de Biot

☎ 06 86 52 38 47

[chevriedevalbonne@gmail.com](mailto:chevriedevalbonne@gmail.com)

*Ouvert du mercredi au vendredi de 16h à 19h ; le samedi de 10h à 12h et de 16h à 19h. Sur rendez-vous téléphonique pour une ouverture en dehors.*

La Chèvrerie est conçue comme un lieu pédagogique ouvert à tous pour la promotion de produits de qualité. La construction réalisée en partie par les services techniques municipaux comprend la chèvrerie, la fromagerie, le stockage du foin et le logement des chevriers. Les chevriers, Françoise et Emmanuel vous accueilleront à bras ouvert pour vous faire découvrir leur installation et vous présenter leurs jolies biquettes...

**À noter.** Le samedi après-midi, d'autres producteurs viennent proposer leurs produits.

### DOMAINE DE PEYREBELLE

880, Chemin de Peyrebelle

☎ 06 13 67 46 35

[antonin0613@gmail.com](mailto:antonin0613@gmail.com)

*Visite de l'olivieraie sur rendez-vous. Vente sur le domaine.*

Exploités par la famille Streitz depuis 1947, les 800 oliviers pluricentennaires du domaine de Peyrebelle répondent en tout point à la typicité de l'appellation Huile d'Olive de Nice. Sur la route des oliviers, ce domaine, entretenu sans aucun pesticide, accueille le public tous les jours sur rendez-vous pour une visite suivie d'une dégustation qui donne envie de repartir chez soi avec un peu d'huile, de tapenade ou encore de confitures élaborées avec les fruits de l'exploitation. Des produits à retrouver en haute saison sur le marché de Valbonne le vendredi matin.

### LES JARDINS DE LA VALLÉE DE LA SIAGNE

1382, route de Biot  
 ☎ 04 92 28 09 39 - 06 64 20 98 82  
[http://lesjardinsdelasiagne.net/  
 contact.associationjvs@gmail.com](http://lesjardinsdelasiagne.net/contact.associationjvs@gmail.com)

« Vous avez besoin de légumes, ils ont besoin de travailler : Ensemble cultivons la solidarité ». Consommer utile est plus que jamais le credo de cette ferme favorisant le retour à l'emploi de femmes et d'hommes en situation précaire. Légumes et œufs biologiques, soupes, tartinades, coulis sont autant de produits solidaires vendus auprès des adhérents sous la forme de paniers, des distributeurs locaux et sur le marché de Valbonne le vendredi matin.

### OLIVERAIE COMMUNALE

Valbonne étant une commune historiquement rurale, la Municipalité souhaite redonner sa place à l'agriculture et à l'agropastoralisme. Quelques années après le succès du raisin Servan, elle récidiva en créant en 1998 une oliveraie communale au cœur même de la technopole plantée d'arbres vieux de 150 à 200 ans sur un domaine privé. La démarche est identique : volonté de préserver un patrimoine et de perpétuer une tradition ancestrale. L'huile d'olives produite est notamment servie au restaurant des Anciens, géré par la ville ou dégustée lors des apéritifs d'honneur et fêtes patronales.

### VALBONNE VILLAGE ♥

Place de l'Hôtel-de-Ville  
 ☎ 04 93 12 31 00  
[mairie@ville-valbonne.fr](mailto:mairie@ville-valbonne.fr)

À la fin du Moyen Âge, la peste noire, la grande sécheresse et les incursions barbares avaient entraîné la désertification de la région, ruinée et laissée à l'abandon.

En 1519, sur l'initiative du prieur don Antoine Taxil et la bonne volonté d'Augustin de Grimaldi, évêque de Grasse et abbé de Lérins, le village de Vallis Bona, la « bonne vallée », est édifié près de l'abbaye grâce à des investisseurs ; charge à ces derniers de louer les maisons aux paysans venus des hameaux voisins et du haut pays, pour travailler sur les terres et ainsi peupler ce nouveau village au bord du fleuve côtier de la Brague. Le vieux village contrairement à la plupart de ceux de la région est construit selon un plan en damier rectangulaire dit orthogonal basé sur le modèle des villes romaines associant la rue principale, la rue perpendiculaire et la place centrale. Véritables remparts de défense, les maisons hautes et étroites ne possédaient pas de portes sur l'extérieur.



© SOPHIE BOULLET

Domaine de Peyrebelle.

Magnifiquement conservé, le village a su préserver son authenticité au cours des siècles en se développant à l'extérieur du centre ancien.

### VIGNES COMMUNALES DE RAISIN SERVAN

[www.ville-valbonne.fr/decouvrir/decouvrir-la-ville/produits-du-terroir](http://www.ville-valbonne.fr/decouvrir/decouvrir-la-ville/produits-du-terroir)

Jusqu'au milieu du XX<sup>e</sup>, Valbonne était un village essentiellement agricole planté d'oliviers, de vignes et de fleurs destinées à la parfumerie. On y avait développé la culture du Servan, une espèce de raisin blanc tardif importée du Sud-Ouest en 1910. On pouvait le conserver à l'état frais plusieurs mois en plongeant les grappes dans l'eau, les récipients étant entreposés dans une pièce communément appelée « chambre d'amour ». Pour sauvegarder et perpétuer culture et tradition menacées, la municipalité créa en 1995 la vigne communale de Servan. 300 pieds de vigne furent plantés sur un coteau bien exposé au Val de Cuberte. Chaque année, les vendanges sont effectuées par des agents municipaux. Une partie de la récolte (les deux tiers) sert à faire du vin et l'autre est destinée à la consommation locale. Les plus belles grappes cueillies sur sarment sont triées et maintenues dans des bocaux remplis d'eau où on glisse un morceau de charbon de bois pour éviter la pourriture du raisin qui reste au frais dans une atmosphère très surveillée. Il quitte sa chambre d'amour fin janvier et est offert à la population qui le déguste à la Saint-Blaise célébrée le dernier week-end de janvier. L'oliveraie communale, située au cœur de la technopole, s'inscrit dans cette même démarche de sauvegarde des produits du terroir.

### SE RESTAURER

#### LE BISTROT DE SA VIE €€€

1360, route d'Antibes

☎ 04 93 12 29 68

<https://restaurantdanieldesavie.fr/le-bistrot/>

[restaurant.desavie@gmail.com](mailto:restaurant.desavie@gmail.com)

*Maître Restaurateur. Ouvert du mardi au samedi de 12h à 13h45 et de 19h30 à 21h30. Vin au verre. Accueil des groupes. Jardin. Terrasse. Traiteur. Événement privés.*

Ancien de Roger Verger, le chef Daniel Desavie offre aux gourmets un cadre élégant et raffiné au sein de son établissement, le restaurant De Sa Vie. Pour répondre aux différentes envies, la toque décline en une partie gastronomique et un bistrot, une « cuisine de cœur » où les produits frais font la part belle à une technique irréprochable. Sans ostentation, vous y apprécierez des recettes aux saveurs impeccables accompagnées d'une belle sélection de vins, à découvrir au verre si vous le souhaitez. Une valeur sûre qui s'adapte aux budgets de chacun.

#### LE BISTROT DU SOMMELIER €€

21, rue Eugène-Giraud

☎ 04 93 12 17 95

[www.lebistrot dusommelier.fr](http://www.lebistrot dusommelier.fr)

[bistrot dusommelier@gmail.com](mailto:bistrot dusommelier@gmail.com)

*Ouvert toute l'année. Le dimanche, le lundi, le jeudi et le vendredi ; le mardi et le samedi le soir. Réservation recommandée. Menu unique à 39 € (menu carte). Vin au verre. Terrasse.*

Niché au cœur des ruelles du village, Éric et son épouse Carine partagent le fruit de leur travail passé dans de belles maisons azuréennes. Pour découvrir leur sugges-



tions à l'ardoise, quelques tables en salle et une petite terrasse extérieure. Place à la fraîcheur avec des produits du marché, beaucoup de saveurs et de l'originalité dans des assiettes qui varient chaque jour. Pour les accompagner, Eric, sommelier de métier, vous fera découvrir une carte des vins aussi bien garnie qu'étonnante composée de 200 vins dont une vingtaine au verre à des tarifs tout doux.

### BLEU LAVANDE ♥ & €€€

28, Chemin de pinchinade

☎ 04 93 12 28 01

[www.restaurantbleulavande.fr](http://www.restaurantbleulavande.fr)

[restaurantbleulavande@orange.fr](mailto:restaurantbleulavande@orange.fr)

*Maîtres Cuisiniers de France. Collège Culinaire de France. Ouvert du mardi au dimanche de 12h à 14h et de 19h30 à 21h30. Réservation recommandée. Vin au verre. Chèques non acceptés. American Express. Accueil des groupes. Jardin. Terrasse. Vente à emporter.*

Le restaurant à la décoration provençale de Corinne et Bernard Leclerc prend de la patine au fil du temps. Le chef Leclerc propose une cuisine en perpétuelle évolution selon la saison. Le marché s'invite dans vos assiettes, la cuisine se veut authentique et confectionnée avec des produits frais. Pendant que Bernard s'affaire en cuisine, Corinne, son épouse, accueille les gourmets qui s'installent dans la vaste salle ou sur la terrasse qui borde le jardin avec un bassin. Les propriétaires se mettent à votre disposition pour l'organisation de vos événements privés.

### LE BOIS DORÉ ♥ & €€

265, route d'Antibes

☎ 04 93 12 26 25

<https://restaurant-leboisdore.fr/>

[le.boisdore@orange.fr](mailto:le.boisdore@orange.fr)

*Maître Restaurateur. Ouvert toute l'année. Tous les jours le midi et le soir. Carte : 40 € environ. Jardin. Terrasse.*

Un établissement à ne pas rater pour son cadre absolument magnifique que ce soit à l'intérieur ou installé dans le superbe jardin. En famille ou entre amis, vous apprécierez l'accueil que réservent les serveurs à la fois charmants et prévenants. Une ambiance chaleureuse qui souligne la qualité des assiettes, dressées avec goût et garnies de produits de grande qualité. Une cuisine du pays, élaborée et tout en justesse. Une adresse fûtée des plus agréables proposant un menu avec un très bon rapport qualité/prix !

**BRASSERIE DE LA BÉGUDE** ♿ €€

Château de la Béguide  
Route de Roquefort-les-Pins

☎ 04 93 12 37 00

[www.chateau-begude.com](http://www.chateau-begude.com)

[restaurant@chateau-begude.com](mailto:restaurant@chateau-begude.com)

[info@chateau-begude.com](mailto:info@chateau-begude.com)

*Ouvert toute l'année. Le dimanche et le lundi à partir de 7h30 ; du mardi au samedi le midi et le soir. Réservation recommandée. Menus de 34 € à 59 €. Formule du midi : 19 €. Vin au verre. American Express, Diners Club, Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Jardin. Terrasse. Parking gratuit.*

La brasserie la Béguide déploie aujourd'hui un nouveau style de cuisine : livecooking en extérieur, cuisine d'été à la plancha. Le modèle s'oriente davantage vers la « Bistronomie » que la gastronomie. Les suggestions à la carte changent tous les 15 jours et le chef travaille des produits frais : ceviche de daurade, brochettes de gambas ou burger « fraîcheur » sont à déguster dans un cadre bucolique. Les desserts sont gourmands pour notre plus grand plaisir : chou au spéculoos aux éclats de cacahuètes, tarte au citron meringuée. Une belle parenthèse.

**GARINETTE** €€

9, rue de la République

☎ 09 54 43 95 62

[www.garinette.fr](http://www.garinette.fr)

*Ouvert du mardi au samedi à partir de 11h et à partir de 19h. Dimanche de 11h à 14h. Réservation impérative. Accueil des groupes. Terrasse.*

C'est LA petite perle des brunchs et apéros ! Aux commandes, Charlène et Anaïs et leurs tartines, muffins, gaufres ou encore pancakes (sucrés et salés) vous feront saliver à toutes heures. Ce qu'on aime par-dessus tout, c'est que les brunchs ne sont pas réservés aux week-ends mais bien servis toute la semaine. Sans oublier la formule apéro du début de soirée qui aura de quoi vous surprendre... À la carte, les plats sont certifiés faits maison avec passion et produits frais. Une petite adresse qui fait le plaisir de nombreux gourmands, pensez à réserver !

**L'AUBERGE PROVENÇALE** €€

Place des Arcades ☎ 04 93 12 29 73

[www.auberge-provencale-valbonne.fr](http://www.auberge-provencale-valbonne.fr)

[aubprov@orange.fr](mailto:aubprov@orange.fr)

*Ouvert toute l'année. Tous les jours le midi et le soir. Carte : 30 € environ. Vin au verre. Terrasse.*

Au cœur de Valbonne depuis 1965, elle occupe le premier étage d'une vieille maison classée sur la Place des Arcades, et si les tomates au sol et la cheminée sont sûrement authentiques, le cadre lui, se veut chaleureux et contemporain. Résolument méditerranéenne et provençale, la cuisine proposée par le chef fait aussi quelques escales dans d'autres mondes pour des recettes inventives avec des produits de saison. Le service convivial et les prix raisonnables vous inciteront à découvrir l'adresse et sa belle terrasse, si ce n'est pas déjà fait...



**TRATTORIA QUATTRO** €€

1288, Route de Cannes

☎ 04 93 75 12 56

www.trattoriaquattro.com

contact@trattoriaquattro.com

*Ouvert toute l'année. Du lundi au jeudi de 12h à 14h et de 19h à 21h30, le vendredi et le samedi de 12h à 14h et de 19h à 21h30, le dimanche de 12h à 14h et de 19h à 21h30. Réservation recommandée. Vin au verre. Chèque Restaurant. Régimes spéciaux : Végétariens bienvenus, Choix végétaliens. Terrasse. Vente à emporter. Commande en ligne.*

Une atmosphère chaleureuse et familiale, si caractéristique de l'art de vivre italien : c'est la promesse tenue par Trattoria Quattro. Au menu, les grands classiques transalpins se disputent les convoitises avec les pizzas, toutes aussi généreuses que les plats. Des plats simples, mais de qualité : un parti pris assumé par les gérants, quatre frères et sœurs, italiens, bien entendu. La famille, c'est sacré !

Victime de son succès, le restaurant ainsi que sa terrasse, très agréable les jours ensoleillés, sont vite bondés. Nous vous conseillons donc de réserver.

**EMPLETTES****CRÉATIONS BOSELLI -  
BOUTIQUE L'OLIVIERO!**

Place des Arcades

☎ 04 93 12 22 91

*Ouvert du mardi au samedi de 10h à 12h30 et 13h30 à 19h*

Jean-Pierre Boselli, Grassois d'origine, fils et petit-fils de producteurs de plantes à parfums, découvre le bois par hasard et commence à travailler l'olivier. La rencontre avec un importateur de bois précieux est déterminante. Il décide d'allier ses deux passions, le parfum et le bois, et crée ses premiers flacons à parfums dans lesquels se cache un réservoir en verre. Ces précieux flacons sont sculptés dans différents bois comme une pièce unique et certifiée.



Créations Boselli - Boutique L'Oliviero.

**365 FROMAGES**

22, rue Eugène Giraud

☎ 04 93 75 36 96

[www.365fromages.com](http://www.365fromages.com)

A l'angle de la rue du Pontis  
et de la rue Eugène-Giraud

*Ouvert du mardi au jeudi et le samedi de 9h à 13h et de 15h30 à 18h ; le vendredi de 8h30 à 13h30 et de 15h à 18h ; le dimanche de 9h à 12h30.*

Amateurs de bons fromages, vous trouverez ici votre bonheur entre fromages de grande tradition, fermiers, de producteurs locaux et fromages étrangers. La boutique propose également à la vente des produits laitiers comme du lait, du beurre en motte, de la crème fraîche, des yaourts et même un peu de charcuterie. Tous les fromages sont vendus à la coupe traditionnelle ou sous forme de plateaux classiques ou apéritifs élaborés en fonction des saisons et à partager en famille ou entre amis !

**CHOCOLATERIE**

**CHRISTIAN CAMPRINI**

11, Rue de la République

☎ 04 93 75 03 61

<https://christian-camprini.fr/contact@christian-camprini.fr>

*Ouvert du mardi au samedi de 10h à 13h et de 14h30 à 19h.*

Christian Camprini, Maître pâtissier-chocolatier, est un enfant du pays. Né à Nice, ce professionnel distingué Meilleur Ouvrier de France a travaillé dans plusieurs hôtels prestigieux de la Côte d'Azur avant

d'ouvrir ses boutiques (à Cannes et à Valbonne) pour le plus grand plaisir des amateurs de chocolats et autres gourmandises (confiseries, pâtisseries, desserts glacés). À la tête de son propre laboratoire, il consacre son énergie à l'élaboration de nouvelles recettes savoureuses.

**LE FOURNIL D'EUGENE**

19, Rue de la Fontaine

☎ 06 12 60 21 92

*Ouvert du mardi au dimanche de 7h à 13h.*

L'avenir appartient à ceux qui se lèvent tôt et le bon pain du Fournil d'Eugène au cœur de Valbonne Village aussi ! Boulangerie artisanale comme on en fait plus, et pour cause, le fournil situé juste en face de l'ancienne mairie existe depuis 1873 ! Un petit bout de patrimoine local aussi croustillant que savoureux que de nombreux habitués s'attachent dès l'ouverture. Notez que pour avoir le fameux pain « Valbonnais » il faudra être là après 11h. L'accueil est chaleureux et aimable, le boulanger aux petits soins pour ses clients.

**MARCHÉ PROVENÇAL**

Place des Arcades

*Tous les vendredis matin de 8h à 13h30.*

Place des Arcades et dans les rues du village, le marché envahit les places et les rues de Valbonne dans une atmosphère festive. On y trouve une production du terroir local, fruits et légumes, huile d'olive, miel ainsi que des produits artisanaux et des vêtements.

PRÊT A PORTER  
HOMMES  
DAMES  
ENFANTS

Little  
Italy  
RISTORANTE

RESTAURANT

Little Italy  
Les Pâtisseries de Chef  
Bûche de Noël  
Anfous  
Torta Reine  
Torta Mio Amore  
Torta del Nonno  
Plus de 100 pâtisseries  
Vins de France  
Pâtisseries  
Tout est fait maison et  
révisité tous les jours  
C'est le plaisir de Little Italy

Menu  
Petit Déjeuner  
Café  
Cappuccino  
Torta Reine  
Torta Mio Amore  
Torta del Nonno  
Plus de 100 pâtisseries  
Vins de France  
Pâtisseries  
Tout est fait maison et  
révisité tous les jours  
C'est le plaisir de Little Italy



COUP DE CŒUR

# Caffé César

Deux toques valent mieux qu'une et ce n'est rien de le dire ! Pour satisfaire vos papilles épicuriennes, ce n'est pas un, mais deux excellents chefs qui officient à Opio dans cette adresse coup de cœur incontestablement fûtée : le Caffé César. Thierry Molinengo, enfant du pays, dont le parcours étoilé avec Guy Martin à Paris et à l'étranger annonce de grandes choses dans l'assiette et son complice Frédéric Bogé, arrivé du nord de la France il y a une quinzaine d'années déjà, ancien de Frédéric Buzet et Alain Lorca pour ne citer qu'eux, proposent ici un concept innovant mêlant à la formule bistrot chic, une table gastronomique. Une salle, deux ambiances, séparées par la cuisine ouverte, véritable

« cuisine spectacle ». Car c'est bien elle qui tient la vedette ici, cette « cuisine d'instinct et d'instant » comme ils le disent si bien, met en valeur le meilleur des produits locaux à travers un « Menu retour du marché » évoluant chaque semaine au gré des saisons. Pour accompagner ces assiettes soignées, une jolie sélection de vins de petits producteurs vous sera alors proposée par Guillaume, le maître d'hôtel, toujours de bons conseils.

Fraicheur, qualité, terroir, sans oublier talent, sont autant d'adjectifs que vous utiliserez après avoir testé cette pépite gustative et nous sommes prêts à parier que lorsque vous aurez jeté un œil à l'addition toute en légèreté, vous en ferez votre table préférée !

© CAFFÉ CÉSAR



*Je ne sers pas un menu, je sers mon âme...*



## PROMENADES AU GRÉ DES RESTANQUES

# Opio

Sa situation particulière, au cœur d'une région boisée de pins, d'arbousiers et de chênes lièges, en fait un lieu de séjour très recherché. Le microclimat d'Opio a permis la culture de la rose Centifolia [cent feuilles], en référence à son grand nombre de pétales. Les activités du village ont longtemps été basées sur la production de fleurs destinées aux parfumeurs de Grasse, ainsi que la production d'huile d'olive. C'est ainsi que le paysage autour d'Opio a été modelé pour la culture de la rose et du jasmin. La route en lacets mène le visiteur jusqu'au minuscule village qui domine la plaine et les anciennes terres maraichères, aujourd'hui occupées par le golf de la Grande Bastide. Depuis la placette qui jouxte l'église St-Trophime, on peut admirer le vert paysage de la plaine d'Opio, avec au premier plan les toits de tuile des maisons et au loin les sommets de l'Estérel.

### BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE D'OPIO

Situé au sein de la nouvelle  
Médiathèque d'Opio 2, route de Nice  
Résidence Cœur de village

☎ 04 89 87 73 30

[www.villagesvalleesdazur-tourisme.fr](http://www.villagesvalleesdazur-tourisme.fr)  
[tourisme.opio@agallo-casa.fr](mailto:tourisme.opio@agallo-casa.fr)

*Ouvert toute l'année du lundi au vendredi de  
9h30 à 12h30. Fermé les week-ends et les  
jours fériés sauf le 14 juillet et le 15 août.*

Le nouveau Bureau d'Information Touristique d'Opio vous permettra de recueillir des informations sur les activités et les incontournables de la commune. L'Office de Tourisme Intercommunal propose toute l'année des visites guidées gratuites des villages aux alentours (sur réservation). Plus d'informations sur les loisirs et festivités de la commune sur [www.mairie-opio.fr](http://www.mairie-opio.fr)

### SE RESTAURER

#### CAFFÉ CÉSAR ♥ €€

2, route de Nice

☎ 04 93 36 09 03

[caffe-cesar@orange.fr](mailto:caffe-cesar@orange.fr)

*Ouvert du jeudi au lundi de 9h à 22h30.  
Carte : 45 € environ (entrée, plat, dessert).*

*Vin au verre. L'initial menu 5 plats : 50 €,  
7 plats : 70 €, 9 plats : 90 €. Terrasse.  
Animations.*

C'est notre coup de cœur futé ! Le Café César, c'est le repère des gourmets qui apprécieront le concept « Bistrot / Gastro » innovant que proposent là, les chefs Thierry Molinengo et Frédéric Bogé. Côté bistrot, le menu retour du marché met en valeur des produits du terroir bruts à travers une cuisine de plaisir et de partage de haute voltige.



© SOPHIE BOUILLET

Opio.

Côté table gastronomique, un « menu unique au monde pour des assiettes tout aussi uniques » sont réservées à une table de privilégiés. Rassurez-vous, où que vous soyez assis, vous dégusterez des assiettes d'exception.

**L'ORÉE D'OPIO** 🍷 & €€

30, route de Nice

☎ 04 93 09 45 91

<https://oreedopio.eatbu.com>

[oreedopio@gmail.com](mailto:oreedopio@gmail.com)

*Ouvert toute l'année. Le lundi, le mardi et du jeudi au samedi de 12h à 14h et de 19h à 21h30 ; le dimanche de 12h à 14h. Accueil des groupes. Terrasse. Vente à emporter. Wi-fi. Parking. Animaux acceptés.*

Le Chef Erik Bernard aime travailler la cuisine française. Parmi les incontournables : la pizza tartuffo (aux truffes) ou encore les pâtes. Et au rayon desserts la soupe de fraises aux senteurs de Provence et sorbet citron ou bien le cocktail de pêches au thé vert et framboise. L'accueil réservé aux clients est très chaleureux. Le restaurant dispose d'une grande véranda

couverte en demi-cercle, très lumineuse et joliment aménagée de plantes. Ce cadre convivial est idéal pour déguster un bon repas. Le restaurant peut recevoir vos événements privés.

**LE MAS DES GÉRANIUMS** 🍷 & €€

7, route de Nice ☎ 04 93 77 23 23

[www.masdesgeraniums.com](http://www.masdesgeraniums.com)

[contact@masdesgeraniums.com](mailto:contact@masdesgeraniums.com)

*Maître Restaurateur. Ouvert du mardi au dimanche de 9h à 23h. Carte : 52 € environ. À partir de 14 €.*

Ancienne pension familiale, ce mas devenu restaurant depuis plus de 50 ans est une bâtisse typique du moyen-pays de la Côte d'Azur. On y déjeune à l'ombre des oliviers et des tilleuls dans un écrin de verdure des plus agréables. Le restaurant dispose d'une vaste terrasse, d'un coin fontaine pour vos apéritifs, d'un terrain de pétanque, et d'un grand jardin pour de jolies balades digestives. Le chef Raphaël Castella et son équipe proposent une cuisine méditerranéenne moderne et authentique. Tous les plats sont faits maison, à partir de produits frais.

© BERNARD CROISE



Opio.



© SOPHIE BOULET

Moulin d'Opio.

**LA SOURCE €**

1, chemin San-Peyre

☎ 04 93 77 23 21

www.lasource-opio.fr

lasourceopio@orange.fr

*Ouvert du lundi au samedi de 7h à 20h. Menu unique à 15 € (menu sans gluten ou menu végétarien). Vin au verre. Terrasse. Débit de tabacs.*

C'est une vraie adresse fûtée qui propose une cuisine familiale, des plats traditionnels gourmands frais et faits maison. Le service est efficace, et la terrasse offre un bel espace ensoleillé ou ombragé selon la saison. Agréable, elle est agrémentée de jardinières fleuries et ceinturée de murets en pierres sèches qui l'isolent de la route départementale. Une clientèle fidèle aime s'y retrouver pour l'ambiance décontractée, l'équipe bilingue et compétente qui renseigne sur les bons plans de la région, et l'excellent rapport qualité-prix.

**EMPLETTES****MOULIN D'OPIO ♥**

2, route de Châteauneuf

☎ 04 93 77 23 03

www.moulin-dopio.com

accueil@moulinopio.com

*Ouvert du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h30 à 18h. Boutique en ligne.*

Exploité par la même famille depuis des générations (7 plus précisément), le moulin d'Opio est en activité au pied du vieux village depuis 1848. Aujourd'hui, les eaux de la Brague ne sont plus assez fortes pour activer le moulin, de manière traditionnelle, il fonctionne donc à l'électricité. C'est l'un des rares moulins toujours en activité dans la région. Visite guidée gratuite, initiation à la diversité des crus. La boutique propose des produits de la région, des objets de décoration en bois d'olivier, et, bien entendu, de l'huile d'olive !

OPIO → CHÂTEAUNEUF-GRASSE



5 min



15 min



PROMENADES AU GRÉ DES RESTANQUES

## Châteauneuf-Grasse

A quelques kilomètres de Grasse, sa voisine, Châteauneuf compte parmi ces petits villages perchés de la région construits au Moyen Âge à des endroits stratégiques sur les sommets et les flancs des montagnes. Commune dynamique du moyen pays de tradition agricole et horticole, Châteauneuf a su garder un charme intact entre ruelles pavées, maisons de village, lavoir ombragé par des platanes centenaires et chapelles surplombant la plaine d'Opio offrant une vue incroyable sur la Méditerranée.

### A VOIR - A FAIRE

#### DOMAINE DU PIECHAL

1082, chemin du Camp de Tende

☎ 06 65 59 65 68 - 06 59 89 72 93

[www.piechal.fr](http://www.piechal.fr)

Annette et Erwann Le Negrate sont à la tête d'un domaine comptant près de 5 hectares d'oliviers et pratiquent depuis des années déjà les méthodes de cultures dites biologiques, respectueuses de leurs terres. Située sur la route des Oliviers 06, cette exploitation peut être visitée sur rendez-vous. L'occasion de déguster,

découvrir et repartir avec tout ou une partie de la gamme de produits à base d'olive de la variété caillette, authentiques olives labélisées est trop belle ! Nous vous conseillons la confiture d'olives qui se mariera à merveille avec du fromage.

### SE RESTAURER

#### CHALPIE NATUR'O PATE €€

ZAC des Mousquettes

46, route d'Opio

☎ 04 92 60 48 86

[www.chalpie.com](http://www.chalpie.com)

*Ouvert du lundi au samedi de 9h à 14h et de 16h à 19h30 ; le dimanche et les jours fériés de 9h à 14h. Formule du midi : 15 € (entrée + plat ou plat + dessert). Plat du jour à 12 €. Formule entrée + plat + dessert : 18 €. Terrasse. Vente à emporter. Traiteur.*

Trois activités pour un seul endroit ! Une fabrique de pâtes fraîches préparées sur place et vendues avec de délicieuses sauces maison. Un traiteur qui propose les plats du restaurant à emporter, et un petit restaurant ! En dehors des pâtes, vous pourrez y déguster une cuisine traditionnelle française et provençale. Chaque jour, deux suggestions sont affichées ainsi qu'une pâte. Installé depuis 10 ans à Châteauneuf, Pierre Chalvin a donc créé un espace tout en un des plus agréables doté d'une jolie terrasse sous un olivier très appréciée des habitués.

© SOPHIE BOULLET



Domaine du Piechal.



**LA LICORNE €€**

5, Chemin du Cabanon ☎ 04 93 42 74 40  
<https://licorne.eatbu.com>

*Ouvert le lundi, le mardi, le jeudi et le vendredi le midi et le soir ; le samedi soir. Menus de 25 € à 33 € (entrée + plat ou plat + dessert : 25 €. Entrée + plat + dessert : 33 €). Formule du midi : Entrée + plat ou plat + dessert : 12,50€. Entrée + plat + dessert : 16,80€.*

Situé au cœur du village de Châteauneuf, le restaurant la Licorne propose une délicieuse cuisine de marché. Tous les plats, bien présentés et savoureux, sont faits maison, à partir de produits frais. Que vous soyez végétarien ou intolérant au gluten, le chef accordera de l'importance à vous proposer différentes recettes pour vous satisfaire au mieux. Et si vous n'avez pas le temps de vous arrêter pour profiter d'un bon plat en terrasse, vous pouvez commander des plats à emporter en téléphonant directement au restaurant, pratique !

**LE PETIT CABANON €€**

17, Chemin du Cabanon  
 ☎ 09 84 58 27 05  
<https://le-petit-cabanon.fr/>

*Ouvert le mardi et le mercredi le midi ; du jeudi au samedi le midi et le soir. Terrasse. Vente à emporter.*

Un joli cadre, une petite terrasse au soleil, un accueil souriant et des tarifs abordables : à première vue, le petit cabanon a tout bon ! Cela se confirme à l'arrivée des assiettes, à la fois copieuses et soignées, toutes élaborées avec des produits frais. Les suggestions à l'ardoise partent vite, il faudra arriver tôt et ne pas oublier de réserver pour s'assurer de pouvoir goûter au menu qui change au gré des arrivages dans son intégralité. Le chef étant poissonnier, nous ne pouvons que vous conseiller les plats de la mer. Les desserts sont faits maison.

**EMPLETTES****BOULANGERIE DUTTO**

10, place des pins  
 ☎ 09 67 15 32 46

*Ouvert du mardi au samedi de 6h30 à 20h ; le dimanche de 6h30 à 13h.*

Fougasses, pains aux olives, l'incontournable baguette Châteauneuvoise, gressins gourmands, copieuses salades, sandwiches variés sans oublier les pâtisseries : la vitrine de la boulangerie Dutto sur la place des Pins a de quoi mettre en appétit ! Pour vous servir, une équipe dynamique et passionnée et pour apprécier vos viennoiseries, une jolie terrasse. Ne passez pas par la boulangerie sans goûter au pan bagnat, primé comme étant le meilleur pan bagnat de la Côte d'Azur, rien que ça ! Par expérience, on atteste que la pissaladière vaut également le détour !

**MARCHÉ PAYSAN DE PRÉ DU LAC**

Salle du Maset  
 309, route d'Opio  
[www.le-marche-paysan.fr](http://www.le-marche-paysan.fr)  
[marchepaysan.chateauneuf@gmail.com](mailto:marchepaysan.chateauneuf@gmail.com)

*Ouvert le mardi, le jeudi et le samedi de 9h à 12h30 ; le mercredi et le vendredi de 9h à 12h30 et de 15h30 à 19h.*

Dorénavant installé au Maset, face à l'ancien Intermarché, le marché paysan vous propose dans ses nouveaux locaux des légumes, fruits, miel, viandes et produits frais issus de producteurs locaux et de l'agriculture bio ou raisonnée. Pour vous servir, l'équipe attentive et serviable vous conseillera sur les produits de saison car les différents types de produits proposés sont variables selon les récoltes. Un véritable gage de fraîcheur et qualité que vous ne pourrez qu'apprécier.



LA NOUVELLE CRÈMERIE

# Marie-Alix Delmotte

Acheter moins, mais mieux tout en se faisant plaisir, tel est le credo de Marie-Alix Delmotte et Pierre son conjoint, fromagers installés Place des pins.

## Racontez-nous l'histoire de la Nouvelle Crèmerie...

C'est une reconversion professionnelle pour Pierre et moi-même. Je voulais travailler dans un métier de bouche et mettre en valeur des produits de nos terroirs. Je me suis formée à Paris chez un MOF avec lequel j'ai travaillé pendant 2 ans, puis j'ai exercé chez Le Coin du Fromager à Monaco avant de vouloir me mettre à mon compte. J'ai grandi ici à Châteauneuf et lorsque nous sommes revenus de Paris, on a été agréablement surpris par le dynamisme de la commune qui avait beaucoup changé depuis mon départ.

## En quoi consiste votre travail quotidien ?

On sélectionne les fromages auprès de fermiers avant de les recevoir à différents stades d'affinage. Nous leur apportons alors

des soins de manière à atteindre une qualité optimale de dégustation puis on les vend. En boutique, notre rôle est de conseiller et partager notre amour du produit.

## Comment intégrez-vous la notion de développement durable à votre métier ?

C'est hyper important et c'est aussi pour ça qu'on a choisi de travailler avec des produits agricoles français. On se fournit en direct avec des petits producteurs pour pouvoir les rémunérer au mieux. On essaye de réutiliser tous les emballages qu'on reçoit, on trie nos déchets, on utilise le moins possible de produits ménagers chimiques. Il nous tient à cœur de ne pas avoir de perte, on refuse de détruire un produit consommable. On préfère donner plutôt que jeter.

## LA NOUVELLE CRÈMERIE

40, place des Pins

06740 Châteauneuf-Grasse

☎ 09 52 37 34 35

lanouvellecremerie@gmail.com

*Ouvert du mardi au samedi de 8h30 à 12h30 et de 15h30 à 19h30 ; le dimanche de 8h30 à 12h30. Plateaux et coffrets personnalisables suivant les goûts, le budget ou l'appétit des convives !*

Bienvenue au paradis des amoureux de fromages ! Marie-Alix et Pierre ont créé cette boutique en abandonnant leurs métiers respectifs pour se reconverter pleinement à leur passion. Pierre a choisi l'oléiculture et Marie-Alix a fait son apprentissage chez un grand fromager parisien. Dans leur boutique, on trouve une large sélection de fromages, confits, huiles, vins..., le tout accompagné par un service événementiel et des conseils de dégustation précieux. Vous pouvez commander les plateaux, coffrets, raclettes et fondues à l'avance.





© SOPHIE BOULLET

Saveurs Provençales de la Bastide.

### PAPILLA

14, Place des Pins ☎ 07 77 23 19 04  
[www.papilla.fr](http://www.papilla.fr) – [contact@papilla.fr](mailto:contact@papilla.fr)

*Ouvert du mardi au samedi de 10h30 à 19h ; le dimanche de 9h30 à 12h. Fermé le dimanche après midi et le lundi.*

Chez Papilla on fond de plaisir ! Ici on fabrique quotidiennement des glaces délicieuses réalisées à base de produits frais locaux de grande qualité (fleur d'oranger de Vallauris, citrons du Rouret, framboises de Caussols, etc.) et sans conservateurs, qu'on peut consommer en petits pots ou en cornets, mais aussi sous forme de milk-shakes, vacherins ou omelettes norvégiennes. Glaces, sorbets, pâtisseries glacées, bacs compostables de glaces à emporter : toutes les raisons sont bonnes pour s'arrêter chez ce petit glacier !

### SAVEURS PROVENÇALES DE LA BASTIDE

277, Chemin des Picholines

☎ 04 92 60 33 47

[commercial.chateauneuf@afpjr.org](mailto:commercial.chateauneuf@afpjr.org)

*Ouvert du mardi au samedi de 9h30 à 13h et de 15h à 18h.*

En agriculture raisonnée depuis 1989, la Bastide propose à la vente ses produits maraîchers frais et en conserves. Fruits et légumes de saison, cueillis le matin même, mais aussi confits sucrés et salés, condiments, sauces, soupes, tapenades, pâtes d'olives et toastinades pour un apéritif du soleil, sans oublier les légumes à l'huile sont autant de spécialités qui promettent de vous régaler. La Bastide vend aussi des produits d'autres ESAT comme du vin, des charcuteries, etc.



# Le Rouret

Entre douceur de vivre et calme absolu, le Rouret est un exemple classique de village provençal typique au riche passé agricole. Jasmin, roses, orangers, violettes... Les plantes cultivées ici étaient destinées aux distilleries de Grasse, capitale mondiale des parfums, et on y pratiquait même la culture de la vigne. Village authentique, le Rouret est aussi la « capitale départementale de la truffe » des Alpes-Maritimes. Un or noir délicat, qui prospère sur ses terres pour le plus grand plaisir de ses habitants et des gourmets de passage.

## A VOIR - A FAIRE

### L'OLI D'AQUI

25, chemin de Pei Pellegrin

☎ 06 21 87 21 67

*Visite du verger, vente sur l'exploitation.*

Situé sur la route des Oliviers, l'Oli D'aqui c'est la fierté de Jean-Philippe Frère oléiculteur de talent de nombreuses fois médaillés au concours général notamment pour ses olives noires de Nice AOC médaille d'or. Voilà de quoi vous convaincre de passer visiter le verger, déguster ses produits du terroir ensoleillés et bien-entendu repartir

avec un peu d'huile d'Olive et autres pâtes d'olives à partager à l'apéritif. Vous pourrez également retrouver cette gamme de produits au marché de nos collines, à la Maison du Terroir à quelques encablures de là.

## SE RESTAURER

### LE BISTRO DU CLOS & €€

9, route d'Opio

☎ 04 97 05 08 34

<http://bistro-du-clos.com/>

[contact@bistro-du-clos.com](mailto:contact@bistro-du-clos.com)

*Ouvert du mardi au samedi de 8h30 à 23h. Réservation recommandée. Menu du marché 26 € (3 entrées, 3 plats, 3 desserts au choix). Menu enfant : 8 €. Plat du jour : 13 €. Vin au verre. American Express, Chèque Vacances, Chèque Restaurant. Accueil des groupes. Terrasse. Parking. Marché des collines.*

L'établissement dispose d'une salle, avec bar à l'entrée, d'une terrasse, avec coin lounge. La décoration vintage accueille indifféremment des affiches rétro, un vieux poste de radio, des moulins à café, un distributeur à cacahuètes, des luminaires en forme de cafetière et de bouilloire... En cuisine, le chef exécute la carte imaginée par Daniel Ettlinger autour de produits frais du terroir et de saison. Un plat du jour, un menu du marché, une carte qui change à chaque saison et une ardoise journalière pour les suggestions du jour : voilà l'offre quotidienne.



L'Oli d'Aqui.



© SOPHIE BOULET

Église Saint-Pons.

**LE CLOS SAINT-PIERRE €€**

Place de la Mairie  
Quartier Saint-Pons

☎ 04 93 77 39 18

<http://le-clos-saint-pierre.com/>

[contact@le-clos-saint-pierre.com](mailto:contact@le-clos-saint-pierre.com)

*Maître Restaurateur. Ouvert toute l'année. Congé annuel en février. Du jeudi au lundi de 9h30 à 15h et de 18h30 à 23h30. Réservation recommandée. Menu du Marché au tarif de 60 € ou 75 €. Formule du midi : 42 € (sauf dimanche et jours fériés). Chèques non acceptés.*

Fraîcheur et saveurs sont ici au rendez-vous ! Il faut dire que Catherine et Daniel Ettlinger (étoilé en 2003) savent comment partager et sublimer une cuisine provençale et italienne trop souvent expédiées. Plusieurs fois par semaine, le chef se rend au marché pour concocter selon son humeur et les produits de saison deux menus uniques qui changent chaque jour. De belles assiettes à découvrir dans la salle rénovée il y a peu ou sur la charmante terrasse avec vue sur le

village en saison. À noter : le menu spécial Truffes d'Alba et Truffes noires en saison.

**EMPLETTES****LE MARCHÉ DE NOS COLLINES**

Route d'Opio ☎ 04 93 77 34 21

[lemarchedenoscollines.fr](http://lemarchedenoscollines.fr)

[lemarchedenoscollinesdurouret@gmail.com](mailto:lemarchedenoscollinesdurouret@gmail.com)

*Du mardi au samedi de 8h à 19h. Le dimanche de 9h à 12h30.*

Créée en octobre 2004 par 21 producteurs locaux, cette coopérative est un point de vente direct où les consommateurs sont invités à tester les produits régionaux. Produits locaux de qualité, respectueux de l'environnement sont autant d'engagements ici tenus par les producteurs. Visites d'exploitations, démonstrations, dégustations : la coopérative organise régulièrement des animations festives dans le but de créer, si ce n'est conserver, un lien convivial autour du beau terroir azuréen.



PROMENADES AU GRÉ DES RESTANQUES

## Roquefort-les-pins

Situé aux portes de la technopôle de Valbonne Sophia Antipolis, Roquefort-les-pins offre à ses visiteurs une succession de hameaux ou domaines verdoyants. Autour de la forêt roquefortoise, zone protégée propice aux balades et aux randonnées, la commune paisible et verdoyante s'anime au rythme des marchés hebdomadaires, des spectacles et des expositions prévus toute l'année. Un joli village résidentiel qui poursuit son développement tant sur le plan de l'urbanisme que sur le plan culturel de manière dynamique.

### SE RESTAURER

#### L'AUBERGE DU CLOS DES PINS €€

35, route de Notre Dame

☎ 04 93 77 00 23

[www.aubergeduclosdespins.fr](http://www.aubergeduclosdespins.fr)

[info@aubergeduclosdespins.fr](mailto:info@aubergeduclosdespins.fr)

*Ouvert du mardi soir au dimanche midi sauf le samedi midi de 12h à 13h30 et 19h à 21h (dernière commande). Réservation recommandée. Menus de 21,50 € à 31,50 €. Formule du midi : 16,50 € (plats*

*du jour et dessert ou fromage). Chaises bébé. Jardin. Terrasse.*

On aime tout dans cette auberge, à commencer par l'accueil aimable, le service irréprochable, la déco à la fois cosy à l'intérieur avec son coin bar et sa cheminée, mais aussi colorée sur la grande terrasse-jardin à l'extérieur. En cuisine, le chef maîtrise les classiques méditerranéens qu'il revisite au gré de son inspiration et de ses voyages en Afrique du Sud, à Tahiti, aux Caraïbes... Un melting-pot de saveurs qui détonne et séduit, le tout pour un très bon rapport qualité/prix.

© SOPHIE BOULET



Roquefort-les-Pins.



PROMENADES AU GRÉ DES RESTANQUES

## Où dormir ?

### HÔTEL DU CLOS\*\*\* €€€

3, chemin des Écoles

06650 Le Rouret

☎ 04 93 40 78 85

[www.hotel-du-clos.com](http://www.hotel-du-clos.com)

[contact@hotel-du-clos.com](mailto:contact@hotel-du-clos.com)

*Ouvert toute l'année. Chambre double à partir de 169 €. Demi-pension : 38 €. Petit déjeuner : 15 €. Animaux acceptés.*

Ce n'est pas pour rien que l'Hôtel du Clos est une halte de charme aimée de nombreux voyageurs de passage au Rouret. Situé au cœur d'un parc verdoyant de 5 000 mètres carrés planté d'oliviers centenaires et d'arbres fruitiers, l'établissement dispose de 12 chambres décorées avec goût alliant authenticité, confort et modernité. Les plus chanceux apprécieront d'autant plus la chambre supérieure panoramique avec terrasse privée. Cerise sur le gâteau : le petit déjeuner continental copieux peut être servi en chambre ou encore sur la terrasse avec vue sur le parc.

### CHATEAU DE LA BEGUDE\*\*\*\* €€€€

Route de Roquefort-les-Pins

06560 Valbonne

☎ 04 93 12 37 00

[www.chateau-begude.com](http://www.chateau-begude.com)

[info@chateau-begude.com](mailto:info@chateau-begude.com)

*Ouvert toute l'année. 41 chambres. Wifi. Restauration (bistro de la grande bastide, Brasserie « La Bégude », La Terrasse). Golf. Piscine extérieure, bar, tennis.*

Avis aux amateurs de golf : situé sur le domaine du golf d'Opio Valbonne, l'Hôtel Golf Château de la Bégude est une invitation

à la détente en se mettant « au green ». Aménagées dans une bastide du XVII<sup>e</sup> siècle, les chambres et suites au style provençal offrent une vue sur le parc et le parcours de golf. Doté d'une piscine, d'un terrain de tennis et d'une offre de restauration variée, le lieu se veut être un complexe de loisirs accueillant ; un « mini resort » idéal pour un séjour sportif en famille, un week-end détente en amoureux ou encore un mariage romantique.

### DEMEURE D'HÔTES DU ROCHER €€

Maison au cœur du village ancien  
de Valbonne

2, rue du Pontis

06560 Valbonne

☎ 04 92 28 17 45 - 06 07 45 83 38

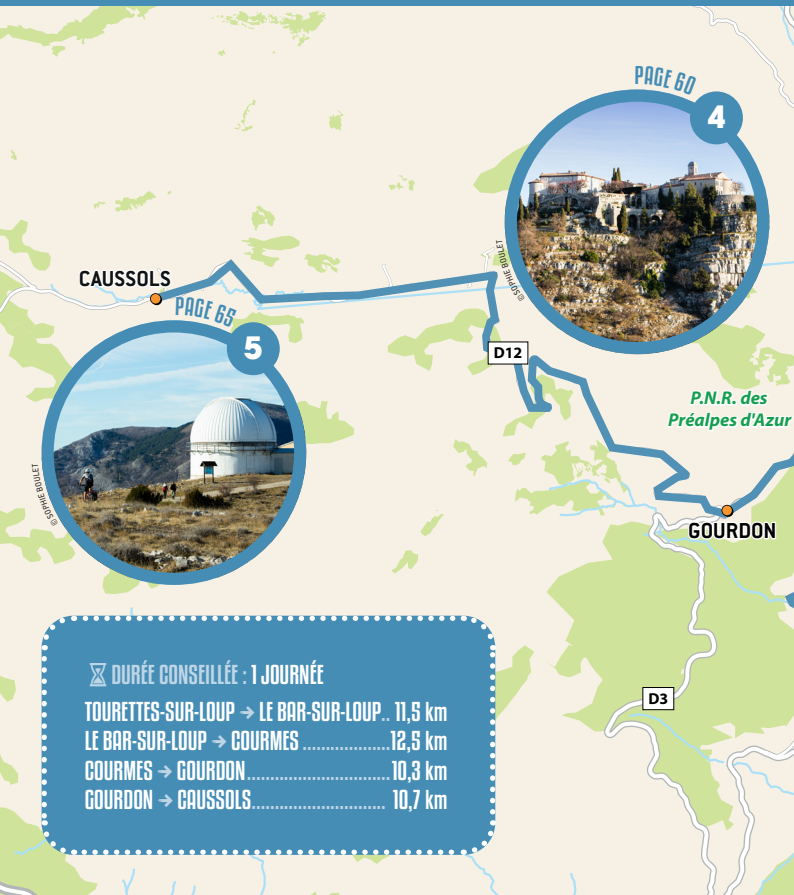
[www.lerocher-valbonne.fr](http://www.lerocher-valbonne.fr)

[lerochervalbonne@gmail.com](mailto:lerochervalbonne@gmail.com)

*Ouvert toute l'année. 4 chambres. Chambre double 130 € ; suite 150 €. Petit déjeuner inclus.*

Après une rénovation intégrale, le Rocher chargé d'histoire, aborde aujourd'hui une nouvelle vie. Deux chambres et deux suites, décorées dans un style résolument épuré et contemporain que les amateurs d'art et de design apprécieront à leur juste valeur. Un service de table d'hôtes est disponible sur réservation, avec repas en terrasse ou dans la belle salle à manger autour d'un feu de cheminée. Hors saison, séjours de groupe thématiques : golf, équitation et randonnées.

Particulièrement appréciés des randonneurs, les gorges et balcons du Loup recèlent de jolis petits villages dominant la Méditerranée depuis leur éperon rocheux. Parmi eux, Tourrettes-sur-Loup, ou encore Gourdon classé Plus Beaux Villages de France, sont les premiers contreforts des Alpes où les oliviers laissent doucement place aux vallées, plateaux et forêts. Un terroir d'une grande générosité y est à découvrir.



CAUSSOLS

PAGE 65

5

D12

PAGE 60

4

P.N.R. des  
Préalpes d'Azur

GOURDON

D3

⌚ DURÉE CONSEILLÉE : 1 JOURNÉE

TOURETTES-SUR-LOUP → LE BAR-SUR-LOUP.. 11,5 km

LE BAR-SUR-LOUP → COURMES ..... 12,5 km

COURMES → GOURDON ..... 10,3 km

GOURDON → CAUSSOLS..... 10,7 km



# LES GORGES ET BALCONS DU LOUP

CAUSSOLS

TOURNETTES-SUR-LOUP



D503

COURMES

D3

PONT DU LOUP

PAGE 56

TOURNETTES-SUR-LOUP

PAGE 48

LE BAR-SUR-LOUP

Bois de l'Ubac

Bois d'Achard



1 KM



LES GORGES ET BALCONS DU LOUP

# Tourrettes-sur-Loup

Dans un cadre très pittoresque entouré de collines et de vallées boisées, Tourrettes-sur-Loup « la cité de la violette » possède un centre médiéval attrayant, s'étendant le long du sommet des falaises d'un affleurement rocheux qui, à une époque, servait de mur de défense naturel contre d'éventuelles attaques. Ruelles et anciens bâtiments en pierre font le charme pittoresque de ce village offrant des panoramas sur la campagne environnante. Ne manquez pas la jolie vue sur le village en arrivant de Pont du Loup.

## BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE DE TOURRETTES

Situé à côté de la Place de la Libération  
2, place de la Libération  
☎ 04 89 87 73 30

[www.villagesvalleesdazur-tourisme.fr](http://www.villagesvalleesdazur-tourisme.fr)  
[tourisme.tsl@aggllo-casa.fr](mailto:tourisme.tsl@aggllo-casa.fr)

*Ouvert toute l'année de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30. Tous les jours du 1er juin au 30 septembre. Du lundi au samedi du 1er octobre au 31 mai.*

Les agents du Bureau d'Information Touristique vous aiguilleront à travers une documentation fournie, de multiples cartes, plans, guides et agendas détaillés. De quoi organiser au mieux votre séjour dans la commune. L'Office de Tourisme Intercommunal propose toute l'année des visites guidées gratuites du village de Tourrettes-sur-Loup et des villages aux alentours (sur réservation). Retrouvez les manifestations et expositions organisées sur la commune sur [www.tourrettessurloup.com](http://www.tourrettessurloup.com)

## A VOIR - A FAIRE

### L'AQUEDUC DU MOULIN

Rue de la bourgade

L'aqueduc se situe entre le parking de la Madeleine et le village médiéval. Constitué d'une seule arche, il enjambe l'ancienne route de Vence à Grasse, aujourd'hui rue

de la Bourgade. Le moulin à huile est aujourd'hui privé, mais on peut encore voir sa grande roue de fer. Cet aqueduc témoigne de l'importance de l'industrie oléicole au XIX<sup>e</sup> siècle.

### LA BASTIDE AUX VIOLETTES

Chemin de la Ferrage

☎ 04 93 59 06 97

<https://tourrettessurloup.com/la-bastide-aux-violettes-horaires-visites/bastide@tsl06.com>

*Ouvert toute l'année. Gratuit. Visite commentée payante pour les groupes sur réservation. Visite des serres de novembre à mars.*

La violette Victoria, cultivée à Tourrettes-sur-Loup depuis 1880, fleurit de mi-octobre à mi-mars. La Bastide aux Violettes est un lieu de mémoire, joli et préservé, autant qu'un espace de vie animé. Vous y découvrez les méthodes de culture de cette fleur emblématique (en pleine terre et hors sol), ses utilisations (pour les parfumeries de Grasse et en cuisine notamment) et les produits artisanaux réalisés comme les fleurs cristallisées, glaces, sirops, confitures, etc. Les visites guidées, animations et ateliers sont disponibles sur réservation. Si vous êtes ici en hiver, profitez-en pour admirer et sentir son délicat parfum. Un bel endroit à l'accueil convivial.



© SOPHIE BOULET

Aqueduc du Moulin.

## LA FERME DES COURMETTES

Route des Courmettes

☎ 04 89 05 87 21

[tourrettesurloup.com/la-ferme-des-courmettes](http://tourrettesurloup.com/la-ferme-des-courmettes)

[gabelierb@aol.com](mailto:gabelierb@aol.com)

*S'y rendre de préférence le matin, quand la ferme est en activité (transformation du lait en fromage). Visites de février à novembre. Ateliers sur rendez-vous.*

Cette belle ferme est composée d'environ 80 chèvres de race alpine chamoisée qui pâturent sur les collines du domaine, face à la Méditerranée, à 800 m d'altitude. Plusieurs ateliers découverte sont organisés régulièrement. Sur réservation, vous pouvez ainsi visiter ce lieu pour voir vivre ses animaux et assister à tout le processus de fabrication artisanale des fromages. Dégustation et vente sur place de fromages primés à de nombreux concours. Le berger, Bruno Gabelier, est également poète et régale aussi les visiteurs de ses textes parfumés.

## SE RESTAURER

### AUBERGE DES GORGES DU LOUP €€

4, route de Grasse - Le Pont du Loup

☎ 04 93 59 38 01

[www.auberge-gorgesduloup.com](http://www.auberge-gorgesduloup.com)

[info@auberge-gorgesduloup.com](mailto:info@auberge-gorgesduloup.com)

*Fermé de mi-novembre à mi-décembre et de mi-janvier à mi-février. Ouvert du mardi au samedi midi et soir et le dimanche midi. Menus de 20 € à 40 €. Carte : 35 € environ (plat + dessert). Jardin. Terrasse.*

Cet établissement propose une carte savoureuse, inspirée des saveurs Provençales et Tahitiennes, avec des poissons marinés ou encore une crème brûlée à la vanille de Tahiti. La femme du Chef étant originaire de Polynésie, où ils ont vécu quelques années, leur goût pour cette cuisine du bout du monde s'explique. Chaque été, ils organisent une soirée tahitienne au mois de juillet avec accueil en musique et spectacle de danse. Le charme de l'auberge se prolonge dans ses 10 chambres.

**BISTROT GOURMAND****CLOVIS €€€**

21, Grand'Rue ☎ 04 93 58 87 04  
[www.clovisgourmand.fr](http://www.clovisgourmand.fr)  
[info@clovisgourmand.fr](mailto:info@clovisgourmand.fr)

*Maître Restaurateur. Ouvert le dimanche, le lundi, le jeudi et le vendredi le midi et le soir ; le samedi soir. Menu unique à 54 € (entrée + plat + dessert). Carte : 45 € environ (plat + dessert).*

Premier point que l'on aime à partager sur cette adresse, c'est l'assurance de pouvoir déguster des produits frais issus de l'agriculture bio locale. Dans son bistrot gourmand, le chef propose une cuisine française maison où raffinement rime avec créativité. Pour ne pas lasser nos papilles, la carte change régulièrement en fonction des produits de saison autour d'une viande, d'un poisson ou d'un légume noble alors décliné en entrée et en plat. On apprécie également la carte des vins car Le Clovis, c'est aussi un bar à vin.

**LA CAVE DE TOURETTES €**

8, Rue de la Bourgade

☎ 04 93 24 10 12

[lacavedetourettes@free.fr](mailto:lacavedetourettes@free.fr)

*Ouvert tous les jours de 10h30 à 15h et de 17h à 23h. Carte : 20 € environ (plat + dessert). Terrasse.*

Avis aux amateurs du genre, cette cave qui fait également bar à vin propose plus de 250 références de vins, sélectionnés avec soin. Vous aimerez vous y arrêter pour prendre un bon repas tout en dégustant des cépages offrant un accord avec les produits de saison qui se trouvent dans votre assiette parfait. L'accueil est sympathique, les conseils bien-entendus avisés, les plats généreux et les prix très abordables. Que demander de plus ? Nouveaux arrivages réguliers, suggestions à l'ardoise à emporter. A essayer si ce n'est pas déjà fait !

**LE SANSOT €€**

700, Route de Grasse ☎ 04 93 59 03 94  
[lesansot.com](http://lesansot.com) – [contact@lesansot.com](mailto:contact@lesansot.com)

*Label Cuisine maison, maître restaurateur. Ouvert toute l'année. Du mardi au jeudi et le samedi le midi et le soir ; le vendredi soir ; le dimanche midi. Réservation recommandée. Carte : 30 € environ (plat + dessert). Accueil des groupes. Terrasse. Vente à emporter. Boutique.*

C'est un coup de cœur qui vous promet de belles découvertes gustatives ! Doté d'une vue panoramique sur le village et les montagnes environnantes à couper le souffle, le Sansot est une adresse qu'on aime pour son cadre, un brin rustique et vintage, mais aussi et surtout pour sa cuisine. Le chef Stéphane Furlan, conjugue avec talent recettes gastronomiques françaises et un budget maîtrisé. Amoureux des produits du terroir, il travaille exclusivement avec les producteurs du coin, grâce à quoi vous dégusterez des plats que vous ne retrouverez nulle part ailleurs.

**SPELT €€€**

6, Grand'Rue ☎ 09 86 26 63 79

[www.spelt-restaurant.com](http://www.spelt-restaurant.com)

[spelt.lerestaurant@gmail.com](mailto:spelt.lerestaurant@gmail.com)

*Ouvert toute l'année. Du mercredi au samedi le midi et le soir.*

C'est l'étoile montante du village, et pour cause, les deux fondateurs, le Chef Raphaël et la cheffe pâtissière Marion ont de sérieuses références. La cuisine est créative sans être trop sophistiquée. Elle est conçue uniquement avec des produits du terroir. Le midi la carte est tendance « bistrot » et le soir l'atmosphère se fait plus intime et la cuisine plus gastronomique. Deux cartes, deux ambiances ! On adore la petite terrasse et sa vue superbe sur les collines. À noter que la pâtisserie éponyme offre une sélection de gourmandises à emporter.

VERSION NUMÉRIQUE  
**OFFERTE**

Obtenez votre guide  
numérique en  
scannant le QR code



ou rendez-vous sur le site  
**[www.ebookfute.com](http://www.ebookfute.com)**  
avec le code avantage  
**D9Z12J**





Flours cristallisées.



Cristallisation des fleurs.

## EMPLETTES

**CONFISERIE FLORIAN**

Le Pont du Loup

☎ 04 93 59 32 91

[www.confiserieflorian.com](http://www.confiserieflorian.com)

*Basse saison : ouvert du lundi au samedi de 9h à 13h et de 14h à 18h ; le dimanche et les jours fériés de 10h à 13h et de 14h à 18h. Haute saison : tous les jours de 9h à 19h.*

Sans doute l'un des sites incontournables de la région, la Confiserie Florian est spécialisée dans la fabrication de bonbons et de chocolats selon des techniques et des outils traditionnels. Dédiée aux produits locaux, la confiserie sublime les agrumes de la Côte d'Azur et les fleurs de Provence (rose, jasmin, violette) alors transformés en bonbons et chocolats de la même manière depuis plus d'un demi-siècle, pour le plus grand plaisir des becs sucrés. Visites guidées des ateliers et vente sur place. A ne pas rater si vous visitez le secteur des gorges du Loup.

**DES FLEURS À CROQUER**

864, Chemin Saint Martin

☎ 06 62 89 62 94 - 04 93 59 28 91

[www.fleurs-a-croquer.com](http://www.fleurs-a-croquer.com)

L'amour est un bouquet de Violettes et ce bouquet provient « des fleurs à croquer », exploitant spécialisé dans la production, la transformation et la vente de fleurs cristallisées, et ce, en agriculture biologique raisonnée. Implantée à Tourrettes-sur-Loup, la famille Coche cultive sous serre la violette, mais aussi la rose, la menthe et la verveine à déguster à toutes les sauces. Bonbons, sirops et autres bouquets sont à retrouver sur leur boutique en ligne ainsi qu'à la Bastide aux Violettes. Pré-commande clic & collect possible sur le site internet.

**DOMAINE SAINT-JOSEPH**

160, chemin des Vignes

☎ 04 93 58 81 31

[www.routedesvinsdeprovence.com/domaines/domaine-saint-joseph/](http://www.routedesvinsdeprovence.com/domaines/domaine-saint-joseph/)

*Ouvert du lundi au samedi. Sur rendez-vous.*



Domaine Saint-Joseph.



BACHO BREWERY

# Robin Polimeni

Enfant du pays, Robin Polimeni a ramené de ses voyages un goût certain pour le monde de la bière artisanale qu'il partage aujourd'hui auprès de ses clients avec Bacho.

## Racontez-nous l'histoire de Bacho...

Bacho, c'est un projet que j'ai monté avec un ami un peu par hasard. Tout a commencé avec un kit de brassage qui nous avait été offert et quelques expériences hasardeuses de brassage. Avant de me lancer, je me suis formé à l'IFBM à Nancy et quand je suis rentré, j'ai décidé d'ouvrir Bacho pour accueillir le public et faire découvrir le produit en direct. Nous avons développé une gamme de bières artisanales élaborées qu'avec de bons produits, sans arômes artificiels ainsi qu'une gamme éphémère qui change tous les mois. Dans une démarche d'éducation du consommateur de manière participative, nous organisons également des ateliers où l'on brasse sa propre bière.

## Comment fait-on une bonne bière ?

Pour faire un bon produit final, il faut des matières premières de qualité et de la

rigueur. On se tient à un cahier des charges exigeant, quand la qualité n'est pas là, on fait autre chose de nos bières, des pains d'épices, etc.

## Comment la notion de développement durable s'intègre-t-elle à votre métier de brasseur ?

On travaille sur plusieurs axes : on recycle et on composte nos déchets quand on ne les compacte pas pour en faire des biocombustibles qui servent à nous chauffer. On fait très attention à l'eau, dans une brasserie on a besoin de 10 l d'eau pour 1 l de bière, nous sommes arrivés à réduire à 6 l d'eau. Enfin, on cuisine tout sur place, avec des produits frais du jardin dans la mesure du possible ; il vaut mieux faire simple mais bon.

## BACHO BREWERY

4, Pont du Loup  
06140 Tourrettes-sur-Loup

☎ 06 62 78 11 72

<http://bachobrewery.com>

[contact@bachobrewery.com](mailto:contact@bachobrewery.com)

*Ouvert du jeudi au dimanche de 16h à 23h. Atelier sur réservation uniquement. L'atelier dure environ 4h, il démarre à 13h et se termine aux alentours de 17h - 17h30. Brasserie artisanale.*

Le nom « Bacho Brewery » est issu de l'amérindien ; Loup se dit en effet « Bacho », en référence à la rivière éponyme (le Loup) qui coule dans la commune où est installée la brasserie ! Un bel espace de 160 m<sup>2</sup> intègre la boutique, l'atelier de brassage et le bar pour les dégustations. Les bières Bacho s'adressent à tous les palais, connaisseurs comme amateurs. Les passionnés aimeront sentir les notes de houblon que Robin sélectionne avec une grande exigence alors que les novices apprendront à découvrir des bières douces et fleuries ou plus amères selon les saveurs.





Julien Bertaina n'avait tout d'abord pas envisagé reprendre le domaine familial. Mais quand son père lui propose de s'occuper de l'exploitation, il n'hésite pas longtemps avant de tout quitter. Il s'occupe ainsi des 2,5 ha de vignes et de 160 oliviers. Très sensible à l'environnement, il cultive ses terres en agriculture biologique mais également en biodynamie : il respecte le calendrier lunaire et pulvérise des produits naturels pour régénérer les sols et fortifier les arbres. Que vous soyez plutôt vins rouges, rosés ou blancs, il y en aura pour tous les goûts.

### POTERIE TOURNESOL

7, Grand'Rue ☎ 04 93 59 35 62  
<http://poterie-tournesol.fr/>  
 plaques@sfr.fr

Si vous êtes à la recherche de céramiques et de poteries en argile, terre cuite, céramique ou grès faites à la main, aussi authentiques qu'originales, vous êtes au bon endroit. Depuis 1973, les artisans potiers de la Poterie Tournesol conçoivent et fabriquent dans leur atelier boutique au cœur du vieux village des plaques de maisons personnalisées absolument uniques. De jolies plaques à offrir ou s'offrir pour garder un souvenir à la fois coloré et joyeux de Tourrettes. Possibilité de commander votre plaque (avec numéro ou nominative) en ligne.

### TOM'S GLACIER

25, Grand'Rue ☎ 04 93 24 12 12  
*Ouvert tous les jours 11h-20h en juillet/août. Fermeture novembre à février sauf les week-end de décembre.*

Niché dans une petite rue, cet établissement saura ravir les papilles des becs sucrés avec ses glaces et sorbets artisanaux.

Si la glace à la violette, spécialité de la maison, est un incontournable que vous devrez absolument tester, il y a aussi la glace à la rose ou encore la provençale à base de fleur d'oranger et de miel. Bien sûr, si vous n'êtes pas encore prêt à libérer l'aventurier qui sommeille en vous, vous retrouverez des parfums moins audacieux. Un moment de gourmandise qui s'appréciera sur les petites tables disposées de part et d'autre de la rue.

### LE TRAVAIL DU BOIS D'OLIVIER

4, Grand'Rue  
 ☎ 06 24 34 29 35  
[www.boisdolivier.fr](http://www.boisdolivier.fr)  
[dubosqguillaume@yahoo.fr](mailto:dubosqguillaume@yahoo.fr)

*Ouvert tous les jours de 14h à 17h30. A partir de juin jusqu'en septembre ouvert de 10h à 20h.*

Guillaume Dubosq, l'artisan d'art, réalise toutes sortes d'articles en bois d'olivier : saladiers, coupes à fruits, plateaux, couverts, sculptures, meubles...

### VIOLETTES DE TOURRETTES

2, Tour de l'Horloge  
 ☎ 04 93 59 33 83

*Ouvert tous les jours de 10h à 19h.*

Située sous la tour de l'horloge, cette petite boutique pleine de charme met à l'honneur la violette, une fleur belle à croquer déclinée sous toutes ses formes ou presque ! Fleurs cristallisées, bonbons, sirops, gelées, savons, crèmes, parfums, sans oublier les bouquets et bien d'autres spécialités encore ! Le plus difficile sera de choisir ce que vous souhaitez emporter avec vous pour garder un joli, si ce n'est savoureux, souvenir de votre visite de Tourrettes. N'hésitez pas à demander conseil, l'accueil y est très agréable.



LES GORGES ET BALCONS DU LOUP

## Le Bar-sur-Loup

Le Bar-sur-Loup : c'est un village médiéval partiellement piétonnier, avec de pittoresques maisons en pierre le long de rues étroites. Un charme que sauront apprécier ses visiteurs, tout comme le vin d'orange qui fait la fierté de ses habitants. Et pour cause, le Bar-sur-Loup porte haut l'étendard de la cité des orangers. Et plus exactement de l'orange amère du bigaradier, dont la petite fleur blanche était autrefois utilisée en parfumerie pour fabriquer l'essence de Néroli ou en pâtisserie pour l'eau de fleur d'oranger.

### BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE DU BAR-SUR-LOUP

Situé dans l'Hôtel de Ville  
Place de la Tour

☎ 04 93 42 72 21

[www.villagesvalleesdazur-tourisme.fr](http://www.villagesvalleesdazur-tourisme.fr)  
[tourisme.bsl@agglo-casa.fr](mailto:tourisme.bsl@agglo-casa.fr)

*Du 1<sup>er</sup> juin au 30 septembre du mardi au samedi du 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30.*

L'Office de Tourisme Intercommunal propose toute l'année des visites guidées gratuites du village du Bar-sur-Loup et des villages aux alentours (sur réservation). Plus d'informations sur la commune et ses manifestations sur le site : [www.lebarsurloup.fr](http://www.lebarsurloup.fr).

### SE RESTAURER

#### HÔTEL PARTICULIER DES JASMINS €€

938, avenue des écoles

☎ 04 93 60 42 05

[www.lesjasmins.fr](http://www.lesjasmins.fr)

[hotelparticulier@lesjasmins.fr](mailto:hotelparticulier@lesjasmins.fr)

*Ouvert midi et soir, du mardi au dimanche midi. Fermeture le dimanche soir et le lundi. Réservation recommandée.*

Cette maison de maître surplombant la vallée du Loup a été restaurée avec authenticité en conservant tout le charme d'autrefois. Elle conjugue à merveille luxe et simplicité. C'est une chambre d'hôtes d'un côté et une table gourmande de l'autre.



Le Bar-sur-Loup.

La cuisine du marché est inventive et sobre à la fois. Le menu fait la part belle aux produits locaux. On aime l'hospitalité de l'accueil, le cadre intime et discret de cette belle adresse si particulière. En somme, une très belle parenthèse.

### LA JARRERIE ♿♥€€

D 303

8, avenue Amiral-de-Grasse

☎ 04 93 42 92 92

lajarrerie06620@gmail.com

*Ouvert du jeudi au lundi le midi et le soir. Réservation recommandée. Accueil des groupes (salle de banquet pour repas d'affaires ou cérémonies de mariages). Terrasse.*

En plus d'un voyage culinaire, c'est un bond dans le passé que vous vous offrez en franchissant la porte de cette bâtisse, ancien monastère datant du XVII<sup>e</sup>, converti au XIX<sup>e</sup> en conserverie d'olives et d'huiles gardées dans des jarres qui ont donné le nom à ce lieu. Dès les beaux jours, la terrasse est idéale pour un déjeuner au soleil. Au menu : une cuisine française à la fois traditionnelle et contemporaine et des assiettes soignées. Excellent rapport qualité/prix/quantité/présentation. Tout ici est fait maison, même les petits pains croustillants à souhait.

### L'ÉCOLE DES FILLES €€

380, avenue Amiral-de-Grasse

☎ 04 93 09 40 20

www.lecoledesfilles.wixsite.com

lecoledesfilles@orange.fr

*Ouvert du vendredi au mardi le midi et le soir. Menus de 35 € à 45 € (menus avec amuse bouches et mignardises). Formule du midi : 26 € (plat du jour + dessert du*



Ruelle du village.

*jour + café (sauf le dimanche et jours fériés)). Entrée + plat : 35 €, Entrée + plat + dessert : 39 €, Entrée + plat + fromage + dessert : 45 €. Terrasse.*

Produits de saisons, recettes originales, cuisine faite maison : l'Ecole des filles a tout bon ! Transformé en restaurant de choix, cette ancienne école pour filles datant de 1929 n'a rien de scolaire dans l'assiette, alors composée de produits frais et de saison. Les plats sont modifiés chaque semaine avec deux entrées, deux plats et deux desserts à la carte. Pour l'anecdote, prenez le temps de visiter après le repas les antiques salles de classe, avec leurs petits bureaux-pupitres de bois. Un véritable voyage dans le temps tout en gourmandise.





LES GORGES ET BALCONS DU LOUP

## Courmes

Ce site idéal pour la randonnée et les amoureux de plein air offre des panoramas époustouflants. Courmes est un tout petit village situé sur le flanc de la montagne au-dessus de la partie est des gorges du Loup. Point de départ de nombreuses randonnées, Courmes s'apprécie pour ses maisons typiques en pierre jaune merveilleusement restaurées, son lavoir et ses impressionnantes portes en bois construites à la Renaissance.

© SOPHIE BOULLET



Cadran solaire de Courmes.

### SE RESTAURER

#### AUBERGE DE COURMES €

3, rue des Platanes

☎ 04 92 60 08 17

☎ 06 75 49 02 58

[aubergedecourmes@orange.fr](mailto:aubergedecourmes@orange.fr)

Ouvert toute l'année. Du 1<sup>er</sup> octobre au 31 mai : ouvert de 9h30 à 19h00. Dîner sur réservation. Du 1<sup>er</sup> juin au 30 septembre : ouvert de 9h30 à 22h30. Fermé le lundi. Réservation recommandée. CB non acceptée.

L'auberge accueille les randonneurs de passage et les touristes, chanceux de découvrir ce petit restaurant à l'ambiance familiale. La convivialité se retrouve aussi bien dans l'accueil que vous réservera le patron que dans ses plats. Des recettes entièrement faites maison, de l'entrée au dessert, et plutôt copieux... À bon entendeur ! À noter que l'auberge dispose également de 5 chambres d'hôtes pour une halte privilégiée dans un cadre pittoresque, à l'abri de l'agitation de la côte. Une auberge authentique comme il en reste peu.



© SOPHIE BOULLET

L'Auberge de Courmes.

COURMES → GOURDON



20 min



45 min



LES GORGES ET BALCONS DU LOUP

## Gourdon

C'est l'un des Plus Beaux Villages de France, qui impressionne dès son ascension à 760 mètres d'altitude, d'où s'offre un panorama magnifique sur la vallée du Loup et au-delà sur la Méditerranée. Une vue imprenable, de Nice à Théoules, à apprécier depuis la Place Victoria. Gourdon est un petit village composé d'une rue principale et de quelques rues médiévales adjacentes bordées de belles maisons et de boutiques d'artisans. Le château du XI<sup>e</sup> siècle avec ses jardins dessinés par le André Le Nôtre forme un bel ensemble architectural mais n'est visible que depuis l'extérieur car privé.

### BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE DE GOURDON

Situé au bout du village

1, place Victoria

☎ 04 89 87 73 30

[www.villagesvalleesdazur-tourisme.fr](http://www.villagesvalleesdazur-tourisme.fr)

[tourisme.gourdon06@agallo-casa.fr](mailto:tourisme.gourdon06@agallo-casa.fr)

*Ouvert toute l'année de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30. Tous les jours du 1<sup>er</sup> juin au 30 septembre. Du lundi au samedi du 1er octobre au 31 mai. Fermé les jours fériés sauf le 14 juillet et le 15 août.*

Vous trouverez ici une foultitude d'informations avec un large éventail de documentations mis à votre disposition ainsi que des conseils personnalisés. L'Office de Tourisme Intercommunal propose toute l'année des visites guidées gratuites du village de Gourdon et des villages aux alentours (sur réservation). Plus d'informations sur la commune sur [www.gourdon06.com](http://www.gourdon06.com)

### A VOIR - A FAIRE

#### LA SOURCE PARFUMÉE &

Parfumerie Galimard – Rue Principale

☎ 04 93 09 20 00

[www.galimard.com](http://www.galimard.com) – [info@galimard.com](mailto:info@galimard.com)

[lasourceparfumeegmail.com](mailto:lasourceparfumeegmail.com)

*Ouvert toute l'année de 10h à 19h l'été. Jusqu'à 18h l'hiver. Visite des lavanderies. Se renseigner à la boutique. Parking pour bus et voitures.*

Il y a plus de cent ans, Siméon Roux, courtier en fleurs exploitait des plantations d'orangers de jardin. En 1946 son fils, Joseph Roux, distillateur-parfumeur et sa femme, Jeanne, propriétaire de la vieille fabrique de la source parfumée à Gourdon distillaient les fleurs alpestres dans leurs alambics pour en recueillir les plus fines essences. Aujourd'hui, c'est Chantal Roux qui vous accueille à la vieille distillerie. Elle vous enverra sûrement faire un tour à la lavanderie de Marie.

© SOPHIE BOULET



La Source Parfumée.

## SE RESTAURER

**AUBERGE DE GOURDON €€**

Route de Caussols

☎ 04 93 09 69 69

[www.aubergedegourdon.com](http://www.aubergedegourdon.com)[aubergedegourdon@gmail.com](mailto:aubergedegourdon@gmail.com)

*Basse saison : ouvert tous les jours de 9h à 18h. Haute saison : tous les jours de 9h à 19h. Chèque Vacances. Accueil des groupes (anniversaires, séminaires, réceptions, etc.). Terrasse. Parking.*

L'auberge de Gourdon, c'est une petite table qu'on aime recommander pour sa cuisine de terroir, riche en saveurs. En fonction des saisons et du marché, le Chef propose des suggestions à l'ardoise, le tout bien évidemment confectionné avec des produits frais. Les plats sont copieux, à l'image de l'accueil : conviviale. Et parce que tout est fait maison, pensez bien à garder un peu de place pour les desserts, des incontournables que les habitués chérissent tout particulièrement. L'après-midi, l'auberge propose boissons, gaufres, glaces, sandwiches.

**LA TAVERNE PROVENÇALE & €€**

Place de l'Église

☎ 04 93 09 68 22

<http://la-taverne-provencale.zenchef.com>

*Fermeture fin novembre et début décembre (2 semaines) et après les fêtes mi janvier (3 semaines). Basse saison : ouvert tous les jours de 9h à 19h. Bar l'après-midi. Juillet et août : service le soir également. Réservation recommandée. Pas de menu. Carte : 30 € environ. Chèques non acceptés. Accueil des groupes. Terrasse. Parking.*

Créé en 1933 par E. Reymond, cette taverne installée dans une bâtisse centenaire est le plus vieux restaurant du village. Il est d'ailleurs géré par la même famille depuis



Dans les rues de Gourdon.

4 générations ! Ne manquez pas d'y découvrir la vaste terrasse offrant un superbe panorama sur toute la Côte d'Azur ! Ici, on fait dans l'authenticité avec des produits de qualité provençaux à la carte. Service salon de thé pour un vin d'orange maison ou un très bon chocolat chaud en hiver et boutique de produits traditionnels à visiter place Sainte-Catherine.

**AU VIEUX FOUR €€**

4, Rue Basse

☎ 04 93 09 68 60

[audevieuxfourgourdon@orange.fr](mailto:audevieuxfourgourdon@orange.fr)

*Ouvert toute l'année. Carte : 40 € environ.*

Une belle adresse gourmande pour faire une pause culinaire dans le vieux village. Ici on aime les produits frais, du terroir de préférence. Les suggestions se présentent en menus à l'ardoise avec deux entrées, deux

plats (généralement du poisson et de la viande) et deux desserts qui changent au gré des saisons et du marché. La cuisine est faite maison, simple, savoureuse, preuve qu'avec des produits accessibles (et du talent) on peut faire du très bon. Pour couronner le tout, le cadre est intimiste et le patron a de l'humour ! Que demander de plus ?

## EMPLETTES

### LES COLLINES D'ALIENOR

☎ 07 80 30 97 35

[www.lescollinesdalienor.com](http://www.lescollinesdalienor.com)

[lescollinesdalienor@gmail.com](mailto:lescollinesdalienor@gmail.com)

Derrière les Collines d'Aliénor se cache l'envie de faire perdurer la place ancestrale des plantes qu'elles soient aromatiques ou médicinales. Celles que vous trouverez dans les infusions des Collines d'Aliénor ont été produites avec amour et respect de la nature. Vous pourrez vous procurer sa sélection de tisanes, et bien d'autres jolies réalisations artisanales sur les marchés

de producteurs locaux, au marché paysan de Caussols ainsi qu'au marché paysan de Châteauneuf, mais aussi sur la boutique du site internet.

### DISTILLERIE DU SAUT DU LOUP

Le Saut du Loup ☎ 04 93 77 09 64

<https://distillerie-sautduloup.com/index.html>

[millopierre06@gmail.com](mailto:millopierre06@gmail.com)

*Ouvert du 14 juillet au 30 septembre, tous les jours de 10h à 18h.*

Installée à Gourdon depuis 3 générations, cette distillerie propose à la vente des huiles essentielles et eaux florales aux multiples vertus dont la fabrication faite maison est à découvrir en direct tous les jours entre le 14 juillet et le 30 août sur les coups de 11h. En boutique, les vendeuses vous prodigueront des conseils sur l'utilisation de ces produits à base de lavandin, mais aussi de rose, de thym ou de fleur d'oranger, selon la récolte. Possibilité de commander en ligne.



Gourdon.



**ÉPICERIE SAINTE CATHERINE**

Rue de l'École ☎ 04 93 09 68 89

www.sainte-catherine.com

contact@sainte-catherine.com

*Ouvert tous les jours de 9h30 à 19h30.*

Une épicerie fine nichée dans l'ancienne chapelle du château de Gourdon. Ici on gère en famille la production et la vente de délicieux produits locaux : miel, confitures « maison », fromages de chèvres, saucissons, huiles aromatisées, moutardes et vinaigres, terrines et herbes aromatiques... La charmante boutique propose également des produits d'artisanat issus de la région niçoise comme des vanneries, des objets en bois d'olivier, des poteries... Un condensé de culture provençale.

**LE GLACIER DE GOURDON**

Rue basse ☎ 06 11 59 10 76

*Ouvert tous les jours de 11h à 18h.*

Petits et grands gourmands ne résisteront pas à l'appel du glacier de Gourdon, Maître glacier, et de ses crèmes glacées aussi originales que locales. Aux traditionnels parfums caramel beurre salé ou encore Nutella morceaux de chocolat viennent s'ajouter d'étonnantes suggestions telles que lavande, tarte au citron et à la violette ; de quoi se régaler, en pot ou en cornet. Milkshakes et gaufres sont également proposés. Les prix sont très corrects pour un glacier artisanal d'une telle qualité et l'accueil souriant est au rendez-vous.

**LA MARQUISSETTE**

Grandrue ☎ 04 93 09 68 29

*Ouvert tous les jours et les jours fériés de 11h à 17h30.*

C'est un incontournable du village, et pour cause, Francis Saunier fabrique ici du pain d'épice moelleux et parfumé, sans colorant

ni additif d'aucune sorte depuis une trentaine d'années. Dans sa petite boutique, vous trouverez du pain d'épices donc, à l'orange, à la figue, aux noix, aux abricots et aux amandes, mais aussi du nougat avec au choix du nougat blanc tendre au miel de lavande ou du noir dur au miel et amandes. Il y en a pour tous les goûts ! Le plus dur sera de résister à toutes ces douceurs artisanales, terriblement addictives !

**LE RUCHER DE GOURDON**

A la sortie du village de Gourdon, direction Caussols ☎ 06 45 94 08 83

Hervé, l'apiculteur du Rucher de Gourdon, est un personnage atypique qui ne jure que par le travail artisanal dans le plus pur respect de la tradition apicole. Passionné, il vous fera découvrir et déguster ses différents miels de lavande, thym, fleurs sauvages, tous plus délicieux les uns que les autres, dans son petit cabanon situé sur un chemin de randonnée à 1 km à la sortie du village de Gourdon, direction Caussols. Si vous le souhaitez, il vous présentera même ses ruches, mais pour vous en assurer appelez-le avant votre passage de préférence.

**TRUFFES MORILLES DE GOURDON**

Thomas Bouskri a toujours eu du flair, il y a 13 ans déjà, il plantait son premier arbre truffier et le voilà aujourd'hui à la tête d'une exploitation de plus de 3 hectares. Il y a 3 ans, il décide d'ajouter à sa culture de la truffe, les morilles pour devenir le seul producteur de ce champignon dans tout le département. Retrouvez ces produits certifiés sans traitement chimique sur les marchés du territoire et sur les marchés aux truffes référencés par le syndicat des trufficulteurs.



LA BOULANGERIE DE L'OLIVIER

# Ludovic Grosjean

Fraichement arrivés à Caussols, Angela et Ludovic Grosjean ont repris Les délices de Caussols devenu la Boulangerie l'Olivier. Un rêve d'enfant pour le boulanger, pâtissier, cuisinier amoureux de son métier.

## Pouvez-vous nous raconter l'histoire de la boulangerie l'Olivier ?

Notre arrivée à Caussols s'est faite un peu par hasard, après avoir vu une annonce sur le site de SOS villages, mettant en relation des repreneurs et des commerçantes de tous les villages de France. On s'est assez vite projeté, nous souhaitions quitter Paris pour élever notre fils de 18 mois, Olivier. Ici, tout est réuni pour qu'on soit bien professionnellement et personnellement.

## Que nous conseillez-vous ?

Le pain de Calern, c'est un pain assez spécifique comme un très gros pain de

campagne, qui se garde très bien car entièrement au levain.

## Comment avez-vous mis en pratique votre attachement aux circuits courts et au développement durable dans votre activité ?

Je mets un point d'honneur à choisir des matières premières cultivées naturellement, des céréales françaises fraîches et de qualité. On est sur des farines en culture raisonnée contrôlée. Pour garnir nos sandwiches, on se fournit localement au maximum en allant au marché paysan à côté, en respectant les saisons du mieux qu'on peut. Je m'inscris dans cette belle dynamique où l'on s'est recentré sur la qualité plus que sur la quantité. Je n'ai pas énormément de pains, mais ce sont toujours des pains de qualité, sans produits chimiques.

## BOULANGERIE L'OLIVIER

141, place deregnacourt  
06460 Caussols

☎ 04 93 60 27 62

*Ouvert du mardi au vendredi de 6h30 à 14h et de 15h30 à 19h ; le samedi de 6h30 à 19h ; le dimanche de 7h à 18h.*

Ludovic Grosjean, le nouveau boulanger de Caussols réalise ici un rêve de toujours : fonder sa boulangerie dans le plus pur respect de la tradition boulangère. Sans produit chimique, mais avec des farines issues de cultures raisonnées, du levain naturel et un savoir-faire appris entre Nice et Paris, il façonne chaque jour pains, viennoiseries, pâtisseries et autres produits de boulangerie de grande qualité. En vitrine, peu de références, mais l'assurance de ne manger que du bon. Accueil agréable et souriant d'Angela, sa femme, pour vous servir.





LES GORGES ET BALCONS DU LOUP

## Caussols

Calmé, préservé, façonné par le Pastoralisme toujours pratiqué ici, Caussols est un petit hameau de quelques habitants situé à environ 1100 m d'altitude. Une situation géographique et une tranquillité propices à accueillir l'Observatoire astronomique de la Côte d'Azur qui fait sa renommée. Rapidement enneigé l'hiver, le plateau de Caussols devient un lieu de promenades des plus agréables au retour des beaux jours. Des sentiers sillonnent les sommets adjacents, et le sentier de Grande Randonnée GR4 traverse la plaine du nord au sud.

### A VOIR - A FAIRE

#### LA GALINIÈRE

La Celle – 4172, RD12

☎ 06 13 69 09 99 - 06 60 20 52 23

blancmuriel@sfr.fr

*Fermé de novembre à mars. Ouvert du lundi au vendredi de 10h à 19h ; le week-end de 11h à 19h. Groupe de 9 à 19 enfants : 15 € par enfant. Groupe de 20 enfants et plus : 7 € par enfant. Complément suivant les ateliers. Accueil enfants. Animations.*

Dans la nature préservée du plateau de Caussols, au cœur du parc naturel régional des Préalpes d'Azur, la ferme de la Galinière est spécialisée dans l'élevage d'animaux d'ornement. Poneys miniatures, chèvres naines, moutons Ouessant, oies frisées, poules colorées, et même des lapins géants ! De quoi faire le bonheur des enfants lors d'une visite guidée avec Muriel. La Galinière ouvre ses portes pour faire découvrir la diversité des animaux de ferme à des groupes scolaires ou des centres de vacances, de mars à novembre, selon les conditions climatiques.

### SE RESTAURER

#### L'AUBERGE DE CAUSSOLS €

4313, RD12

☎ 04 83 26 39 15

aubergedecaussols@gmail.com

*Ouvert du mercredi au samedi de 9h à 21h ; le dimanche de 9h à 18h.*

Depuis maintenant deux ans, Sébastien et Arnaud ont donné un coup de fouet à cette petite auberge qui a tout d'une grande. À commencer par les assiettes, joliment présentées et élaborées avec des produits frais. Une cuisine à la fois raffinée et généreuse que les habitués (nombreux) recommandent à souhait. Bon choix de vins locaux en prime. On apprécie également la décoration soignée de la salle et le service rapide et souriant. Une belle surprise à découvrir notamment lors des soirées à thème organisées chaque semaine (pizza et sushi au menu).



Observatoire du plateau de Caussols.



Le Marché paysan.

## EMPLETTES

### MARCHÉ PAYSAN

56, place derégnaucourt

☎ 06 79 99 87 31

*Ouvert du lundi au samedi de 9h à 12h30 et de 16h à 18h30.*

Il ne manquait plus qu'un petit marché pour compléter l'offre gourmande de Caussols. Une belle initiative signée Séverine et Jean-Paul qui dynamisent la commune. Sur les étals, des fruits, des légumes, des œufs, du miel, des condiments, du vin, une jolie sélection de bières... En bref, tous les bons produits du terroir provenant de producteurs locaux, des Alpes-Maritimes, des Hautes-Alpes et du Var, plus exactement. Le marché propose également à la vente des paniers de légumes de saison et de délicieuses fougassettes à la fleur d'oranger le lundi seulement.

### LE RUCHER DE CAUSSOLS

☎ 06 82 40 15 55

[www.caussols.fr/fr/commerces-artistes/13-commerces/47-le-rucher-de-caussols](http://www.caussols.fr/fr/commerces-artistes/13-commerces/47-le-rucher-de-caussols)

Issu d'un savoir-faire traditionnel, le miel de lavande ou encore le miel de fleurs sauvages des montagnes de Caussols vous enchantera par ses notes gourmandes et aromatiques. Une merveille de la nature, récoltée avec la plus grande attention pour préserver ses saveurs et toutes ses qualités. Apiculteur passionné, Steve Alleaume transforme ce nectar précieux en une gamme complète de produits artisanaux de qualité « fait maison ». Confiseries, pains d'épices, cosmétiques... sont à retrouver sur les marchés provençaux et peuvent aussi être commandés par téléphone.



LES GORGES ET BALCONS DU LOUP

# Où dormir ?

## LE MAS DES CHARDONS €€

164, chemin des Chardons

06460 Caussols

☎ 04 93 09 29 93 - 09 79 61 32 72

[www.lemasdeschardons.fr](http://www.lemasdeschardons.fr)

[pierre.dorge1@orange.fr](mailto:pierre.dorge1@orange.fr)

*5 chambres. Chambre à partir de 60 € pour une personne, 75 € pour 2 personnes. Petit déjeuner inclus. Dîner à la table d'hôte.*

C'est une halte idéale à la fois confortable et gourmande où les randonneurs (notamment) aimeront s'arrêter. En pleine nature, situé dans un jardin reposant, ce mas est un havre de tranquillité un peu à l'écart du village. Il offre 5 chambres fort bien équipées, en toute simplicité. Le soir, on peut choisir d'y dîner à la table d'hôtes, où Mme Dorge propose une excellente cuisine familiale. Pour bien démarrer la journée, le petit déjeuner se compose quant à lui d'un jus d'orange pressé, de pain et de viennoiseries accompagnés d'une multitude de confitures.

## LOCATIONS 06 -

### GÎTES DE CHARME €

614, chemin de Saint-Jean

06620 Le Bar-sur-Loup

☎ 06 32 75 51 07 - 04 93 42 93 58

[www.locations-06.fr](http://www.locations-06.fr)

[pascale.codera@wanadoo.fr](mailto:pascale.codera@wanadoo.fr)

*Ouvert toute l'année. Meuble de tourisme de 2 à 4 \*\*\*\*; Clevacances 5 clés. De 199 € à 849 € la semaine selon saison. Location à la nuitée à partir de 50€ la nuit. Animaux acceptés. Chèques vacances ANCV bienvenus.*

Ce sont au total 6 gîtes de charme, situés dans l'arrière-pays, au Bar-sur-Loup et à

Mougins, que Thierry et Pascale gèrent. Nichés au cœur des orangers, des oliviers et du potager que leur ont transmis leurs parents, les logements sont répartis sur plusieurs sites et diffèrent quant à leur taille et aménagement (appartement, villa avec ou sans piscine). Toutefois ils ont pour point commun leur excellent rapport qualité-prix et l'accueil qui y demeure très chaleureux.

## AUBERGE DES GORGES DU LOUP\*\* ♥ €

4, route de Grasse - Le Pont du Loup

06140 Tourrettes-sur-Loup

☎ 04 93 59 38 01

[www.auberge-gorgesduloup.com](http://www.auberge-gorgesduloup.com)

[info@auberge-gorgesduloup.com](mailto:info@auberge-gorgesduloup.com)

*Fermé du 15 janvier au 15 février et du 15 novembre au 15 décembre. 10 chambres. Basse saison : chambre double à partir de 72 €. Haute saison : chambre double à partir de 82 €. Petit déjeuner : 10 € (continental et 18 € américain). Parking fermé (gratuit). Forfait Demi-Pension adulte en option : 42€ par nuit et par personne. Animaux acceptés. Réceptions et mariages. Restauration.*

À l'entrée des gorges du Loup, cette auberge offre un cadre magnifique pour les amateurs de beaux paysages. Point de départ idéal pour les visiteurs souhaitant explorer un territoire naturel riche et préservé, l'hôtel se veut un refuge chaleureux et confortable. L'établissement abrite dix chambres récemment rénovées, à la décoration provençal authentique. Côté restaurant, la salle affiche un air résolument rustique et cosy pour un déjeuner ou un dîner au coin du feu l'hiver.

De monts en rivières, il ne fait aucun doute que vous vous laisserez impressionner par les vues à couper le souffle et l'accueil chaleureux que vous réservent les habitants et producteurs des villages perchés que vous traverserez tout au long de cet itinéraire. Bouyon, Bézaudun-les-Alpes, Coursegoules, Cipières, Gréolières sont autant de territoires qui se prêtent à l'élevage et au pastoralisme vous promettant d'authentiques et savoureuses découvertes.

 DURÉE CONSEILLÉE : 1 JOURNÉE

BOUYON → BÉZAUDUN-LES-ALPES .....	5,9 km
BÉZAUDUN-LES-ALPES → COURSEGOULES .....	6,3 km
COURSEGOULES → GRÉOLIÈRES .....	12,3 km
GRÉOLIÈRES → CIPières .....	8,1 km

*Réserve Biologique  
Dirigée de Cheiron*

PAGE 75

4



D2

GRÉOLIÈRES

PAGE 79

5



CIPières

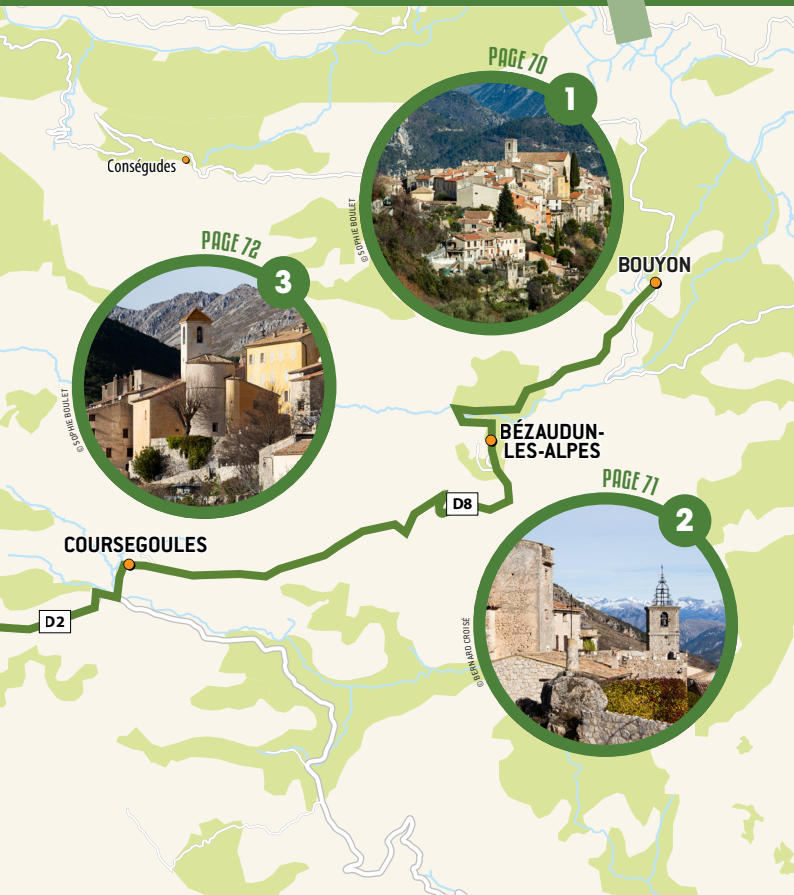
D603

D3



2 KM

# ESCAPADES AU PIED DU CHEIRON



Conségudes

PAGE 70

1

D9 SOPHIE BOULET

BOUYON

PAGE 72

3

D9 SOPHIE BOULET

BÉZAUDUN-  
LES-ALPES

PAGE 71

2

D8

COURSEGOULES

D2

D9 BERNARD CROIXÉ



ESCAPADES AU PIED DU CHEIRON

# Bouyon

Bouyon occupe une place de choix sur un belvédère, au confluent du Var et de l'Estéron. Aujourd'hui ce village pittoresque offre aux visiteurs de charmantes ruelles pavées, des placettes restaurées, des fontaines rafraichissantes, et des chapelles de style roman ou baroque. Ce petit village belvédère ne manque décidément pas de charme... Et de gourmandise, il ne fait aucun doute que vous ne pourrez résister à la bonne odeur du bon pain comme autrefois provenant, non pas du four communal fermé depuis quelques années déjà, mais depuis le fournil de la Fontaine non loin !

## SE RESTAURER

### LA MAISON BARNOUIN ♥ €

12, place de la Mairie

☎ 06 72 86 08 60

[www.maison-barnoin.com](http://www.maison-barnoin.com)

[maisonbarnoin@gmail.com](mailto:maisonbarnoin@gmail.com)

Cet ancien hôtel-restaurant, situé face à la mairie, a été rénové par la commune de Bouyon. La commune propose, en gîte d'étape, des chambres simples ou doubles pour ce qui est de l'hôtel. Pour la partie restaurant, Dominique Arnoux est aux fourneaux et propose une carte de suggestions généreuses à déguster sur place ou à emporter (sur commande). Daube, burgers, lasagnes maison, brochettes maison et dessert maison offert, la cuisine se veut aussi conviviale que l'accueil. Bon choix de vin et jolie terrasse agréable aux beaux jours.

## EMPLETTES

### LA CUEILLETTE PROVENÇALE

Route de l'adrech

☎ 06 32 75 07 89

<https://la-cueillette-provencale.business.site>

[spiral.sof@hotmail.fr](mailto:spiral.sof@hotmail.fr)

Calendula officinal, thym, lavande, tilleul, racines de pissenlits, sarriette... Les plantes que cultive Sophie sont certifiées bio et pour cause, elles sont prélevées en milieu sauvage et cultivées en pleine nature ! Au rythme des saisons, elle transforme ce qu'elle a cueilli à la main en sirops, sels aromatiques, tisanes, vinaigres mais aussi en cosmétiques naturels, huiles de massages, etc. Vous pouvez retrouver les produits de la cueillette sur place, au Marché de nos collines au Rouret ainsi qu'à l'atelier l'Instant Présent à Coursegoules.

### FROMAGERIE DE LA CHÈVRE BLANCHE

1139, chemin de Berdine

☎ 06 07 50 28 06 - 06 85 80 97 25

Installés depuis 1989, Jean Cassar, sa femme Marie et son fils Mathieu sont éleveurs caprin et porcin. Ils vous proposent de découvrir leur exploitation familiale, et les produits qu'ils confectionnent à base de lait de chèvre (faisselle, fromages frais ou affinés, bûches, brousse), mais aussi yaourts, salaisons et colis de viande. Les produits sont disponibles de mars à novembre. Le reste du temps, les chèvres sont en « congés maternité ». La fromagerie propose aussi des visites.

BOUYON → BEZAUDUN-LES-ALPES

🚗 10 min

🚲 30 min





ESCAPADES AU PIED DU CHEIRON

## Bezaudun-les-Alpes

Prendre le temps de flâner dans ce petit village discret construit au cœur des remparts dont il reste des vestiges, découvrir des maisons anciennes à fleur de roche ou encore des paysages brutes et préservés entre les sommets et les plateaux des Alpes : Bezaudun-les-Alpes, c'est un concentré d'authenticité. Une véritable invitation à vivre à un autre rythme, à ralentir en douceur pour apprécier les moments simples comme celui d'admirer ici un vieux lavoir, là un passage voûté. Un moment hors du temps.

### SE RESTAURER

#### LE BISTROT DE BÉZAUDUN €

Quartier des Ferrages

☎ 06 22 22 03 83 - 04 93 32 80 68

lebistrotdebezaudun@gmail.com

*Ouvert du mardi au dimanche le midi. Réservation impérative. Carte : 20 € environ (plat + dessert). CB non acceptée.*

Situé à l'entrée du village, le bistrot dispose d'une vue sur la vallée depuis sa terrasse qui vaut à elle seule le détour. On y déguste une cuisine traditionnelle de saison. Tout y est fait maison avec des produits frais. À la carte : des spécialités de saison, des recettes locales ou inspirées de saveurs venues d'ailleurs. L'adresse est des plus charmantes et l'accueil particulièrement souriant. Le vendredi soir, c'est pizza sur place ou à emporter. Des soirées à thème sont régulièrement organisées (burgers, tapas, disco, soirées « concert »).

### EMPLETTES

#### LA FERME DES CLAPIERS

2256, Chemin de Villeplaine

☎ 04 93 59 14 37

marcel.bauge@sfr.fr

Camembert, tomate, yaourts, faisselles, Marcel Bauge installé à Bezaudun-les-Alpes

est un producteur de fromages comme on les aime ! Ne manquez pas d'aller y faire un tour, en téléphonant au préalable pour être sûr de sa présence. Vente en direct à la ferme de fromages de vache et de chèvres, entre autres produits fermiers. Les produits de l'exploitation sont aussi à retrouver à la coopérative des Baous de Coursegoules et sur différents marchés paysans et foires locales mettant en valeur ces produits de terroir. Pas de visite de l'exploitation.



© SOPHIE BOULET

Bezaudun-les-Alpes.

BEZAUDUN-LES-ALPES → COURSEGOULES

🚗 12 min

🚲 30 min



ESCAPADES AU PIED DU CHEIRON

## Coursegoules

Coursegoules est un village harmonieux, blotti sur son promontoire, avec la barre austère du massif du Cheiron en toile de fond. Cette image de carte postale résume la situation du village. Ses façades tournées vers le sud et le soleil du midi, [on est à 20 km à vol d'oiseau de la mer] et le Cheiron derrière, avec ses 1778 m au point culminant, qui lui fournit un air pur et vif, lui rappelant toute l'année sa présence. Mi-méditerranéen, mi-montagnard, donc, Coursegoules affiche fièrement cette partition. La moitié de la commune est en site classé ! Coursegoules est par ailleurs un site remarquable identifié au titre du réseau Natura 2000, qui vise à améliorer la prise en compte des enjeux de biodiversité dans les activités humaines.

### A VOIR - A FAIRE

#### LA FERME D'ALAIN

220, route de Saint-Barnabé

☎ 06 60 14 97 80 - 06 60 20 52 23

wetta.egly@wanadoo.fr

*Ouvert tous les jours de 10h à 18h. Adulte : 13 €. Enfant : 13 €. Aire de pique-nique et jeux disponible sur le site.*

Cheval, chèvre, poney, vaches, poules, lapins, oies... Alain Baudino vous emmène à la découverte de son exploitation à travers une visite animée d'explications sur l'élevage bovin, démonstration de la traite ou

encore du travail de chien de troupeau. Une activité ludique et éducative à partager en famille. Sur place, Alain vend également sa production (œufs, produits de ses chèvres naines et ânesses, légumes). C'est aussi l'endroit idéal, si vous êtes à la recherche d'un cadre authentique pour célébrer un mariage ou encore un anniversaire !

#### LE MOULIN À GRAIN

Route du Moulin

Situé en contrebas du village, après le pont de la Cagne quand on arrive à Coursegoules, le moulin à grains date de 1246. Il fut

© SOPHIE BOULET



Coursegoules.

construit par les Templiers sur un modèle phénicien. Pendant des siècles, Coursegoules était reconnu comme le grenier à blé de Vence. Mieux : les Coursegoulois étaient même surnommés les « Estripans » par les communes voisines, autrement dit ceux qui pouvaient se permettre de déchirer le pain et s'en mettre plein la panse. Le moulin de Coursegoules a cessé de fonctionner à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle. Aujourd'hui restauré, il ne se visite pas.

### LA PLACE DU CHEIRON

Située au point le plus haut du village, la place du Cheiron offre un magnifique panorama sur les contreforts du massif éponyme.

### SE RESTAURER

#### L'ATELIER GOURMAND €€

Place de la Clastre

☎ 06 22 11 06 96 - 04 93 32 70 88

*Basse saison : ouvert le mardi midi et soir ; le mercredi et du vendredi au dimanche le midi. Haute saison : tous les jours le midi et le soir. Carte : 25 € environ (plat + dessert). Accueil des groupes. Terrasse. Pizzas à emporter.*

L'Atelier Gourmand se tient sur la jolie place de la Clastre, au cœur du village. On y sert une cuisine variée et copieuse, à base de produits frais et saisonniers. En attendant votre plat, vous pouvez aussi déguster un des « apéros » proposés par le Chef : Socca, Chacha, Anchoïade maison, Chorizo, Soubressade... Le restaurant dispose de deux terrasses, l'une, au mobilier coloré, sous le tilleul, l'autre abritée sous une véranda, avec une belle vue sur le massif du Cheiron. Amélie propose aussi des produits artisanaux : terrines et confitures.



© SOPHIE BOULET

Coursegoules.

#### LE BISTROT DE SOPHIE €

37, place Neuve

☎ 04 93 59 11 19

*Ouvert toute l'année. Sur réservation. Du jeudi au mardi à partir de 9h (dernier service à 19h). Menus de 20 € à 29 € (en semaine, formule entrée/plat/dessert à 20 €. Le week-end : formule entrée/plat/fromage/dessert à 29 €). Réservation conseillée.*

C'est une institution à Coursegoules. À l'entrée du village, Sophie régale les gourmands de ses savoureux plats maison typiquement niçois préparés exclusivement à base de produits frais et locaux ! Une adresse labellisée « Bistrot de pays » à retenir ! Du fait maison, des plats familiaux authentiques teintés de soleil comme les raviolis le dimanche, terrine de capouns, petits farcis, agneau du pays... C'est simple, sans chichi, comme on aime ! Uniquement sur réservation. Une adresse à retenir !

**LE PETIT CREUX €€**

15-19, place de la Combe

☎ 06 21 62 35 10

*Ouvert le mercredi, le jeudi, le samedi et le dimanche de 10h à 19h.*

C'est l'endroit idéal pour s'offrir une petite pause gourmande après une randonnée. Laurence Gourdon vous accueille dans son charmant salon de thé-crêperie qui fait aussi dépôt de pain et vente de produits du terroir. Aux beaux jours, la terrasse ensoleillée est un point de chute où se relaxer à côté de la fontaine du village. Lorsqu'il fait plus frais, on préférera l'ambiance cosy et le vieux canapé, entouré de vieux objets chinés et d'autres objets de la petite salle. Une jolie petite escale.

**EMPLETTES**

**LA BISCUITERIE DU CHEIRON**

149, route de la Colette

☎ 06 25 46 09 59

<https://biscuiterie-du-cheiron.fr>

Stars des quatre heures des petits et des grands gourmands aussi, le biscuit et plus particulièrement ces biscuits artisanaux, ont tout bon ! De la navette traditionnelle avec son exquise pâte sablée, au cookie en passant par les financiers, ils sont tous entièrement réalisés à la main avec des ingrédients de qualité, sans additif ni conservateur. Biscuits en vente à la supérette de Cipières et sur la boutique en ligne. Vous pouvez aussi les retrouver sur les marchés locaux.

**GAEC DU CHEIRON**

1280, route de l'Ourmeau

☎ 06 16 50 27 99

*Tous les jours d'avril à septembre.*

Serge, Sylvie, Steve et Mickaël Maurel, sont les 4 membres à la tête de cette ferme familiale. Sur l'exploitation, abritée par la montagne du Cheiron, plusieurs ateliers d'élevage vaches, brebis, chèvres et porcs pour la production de viande et de fromages mais aussi des cultures fourragères. Des productions diverses et un engagement pour le respect de la nature dans le bon développement de chacune d'entre elles puisque la ferme bénéficie du label Valeurs Parc. Il est possible d'acheter sur place : viandes d'agneau, de chevreau, de bœuf et fromages de chèvres.

**L'INSTANT PRÉSENT**

1, place du Verger ☎ 06 87 05 07 90

[francoisebl@free.fr](mailto:francoisebl@free.fr)

L'atelier showroom l'Instant Présent est un regroupement de créateurs locaux qui proposent leurs créations uniques : linge de maison, vêtements, accessoires de mode, le tout zéro déchet. Créé par Françoise Blancher, l'atelier abrite également une maison d'hôtes de charme ainsi qu'un salon de thé. Un lieu unique, d'une grande convivialité !

**LOU BARA DE PAÏS**

Rue du Four ☎ 06 19 17 41 55

*Ouvert du mardi au dimanche de 7h à 12h30.*

Pains cuits au feu de bois dans le four communal dans la plus grande tradition de la boulangerie « à l'ancienne ». Une boulangerie artisanale que Xavier Rouxel met un point d'honneur à perpétuer à Coursegoules après 10 ans d'inactivité. Saucisse briochée à la moutarde, pissaladière pizza pour les uns, brioche au sucre et aux pépites de chocolat pour les autres, tout le monde y trouvera son compte ! Vous pouvez également retrouver le croustillant gros pain di païs en vente à Grasse, au Potager du Peyloubet, exploitation agricole.



# Gréolières

Vous connaissez peut-être la station de sports d'hiver, Gréolières les neiges, particulièrement appréciée par les familles pour son ambiance conviviale, mais connaissez-vous Gréolières village ? Surplombant la vallée du Loup sur le versant sud de la montagne du Cheiron, la commune située à 840 m d'altitude au charme médiéval est une halte de choix pour les amateurs de nature à la recherche d'un grand bol d'air frais. Un petit village paisible, au charme authentique, où il fait décidément bon vivre été comme hiver.

## BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE DE GRÉOLIÈRES

Situé au Village,  
à 17 km de la station  
de Gréolières les Neiges  
Route de Font-Rougière  
☎ 04 89 87 73 30  
[www.villagesvalleesdazur-tourisme.fr](http://www.villagesvalleesdazur-tourisme.fr)  
[tourisme.greolieres@agglo-casa.fr](mailto:tourisme.greolieres@agglo-casa.fr)

Ce Bureau d'Information Touristique détient une mine d'informations pour profiter pleinement de la montagne été comme hiver, ainsi qu'un livret pour les plus jeunes, Les Enigmes de Gréolières, alliant découverte et jeux en famille. Un conseil personnalisé vous permettra de trouver la randonnée adaptée à votre niveau. L'Office de Tourisme Intercommunal propose toute l'année des visites guidées gratuites du village de Gréolières et des villages aux alentours (sur réservation).

Plus d'informations sur les activités de la commune sur [www.greolieres.fr](http://www.greolieres.fr)

## A VOIR - A FAIRE

### PISCICULTURE DU CHEIRON

4850, route de Grasse  
☎ 06 24 39 38 80  
[www.truitesducheiron.fr](http://www.truitesducheiron.fr)  
[truitesbioducheiron@gmail.com](mailto:truitesbioducheiron@gmail.com)

*Ouvert du mardi au dimanche de 10h à 18h.  
Valeurs Parc. Restauration. Pêche à la ligne.  
Produits en vente la ferme ainsi que dans*

*certaines magasins producteurs locaux  
comme le Marché de nos Collines au Rouret.*

La pisciculture du Cheiron, c'est avant tout un élevage bio de truites provenant de pêches raisonnées élevées dans des bassins alimentés par la source du Foulon, au pied du flanc sud du massif du Cheiron. Installé depuis plusieurs années dans les gorges du Loup, Pierre ouvre chaque été ses portes aux familles pour faire découvrir son métier à travers des journées de pêche en famille inoubliables. À la clé : une dégustation des poissons pêchés pour goûter aux truites arc-en-ciel ou Fario sorties de l'eau. Une adresse sympathique pour un moment ludique au grand air.

## SE RESTAURER

### LA BARRICADE €

14, place de la Fontaine – Au village  
☎ 04 93 59 98 68  
[labarricade06620@gmail.com](mailto:labarricade06620@gmail.com)

*Ouvert du mardi au samedi de 10h à 14h  
et de 16h30 à 22h ; le dimanche de 10h  
à 14h et de 17h à 22h.*

Situé au cœur du village, sur la place de la Fontaine, La Barricade est un petit restaurant familial apprécié pour l'accueil sympathique et la cuisine généreuse. Installé dans une jolie salle, ou bien sur la terrasse ombragée vous y découvrirez une carte offrant un choix d'entrées, de pâtes et de plats aussi bons que bien présentés et faisant la part



belle aux produits locaux. Les suggestions évoluent au fil des saisons. Le restaurant propose aussi une carte de délicieuses pizzas cuites au four à bois. Petit point de vente de produits du terroir.

**LE RELAIS €€**

1, rue du Ribas – Au village

☎ 06 11 05 08 03

*Ouvert du mardi au dimanche de 7h30 à 20h30. Carte : 15 € environ. Limoncello ou café offert. WiFi gratuit.*

Au cœur de Gréolières, le Relais ne désemplit pas ! Sa terrasse avec vue sur la montagne est une invitation à la détente. À l'intérieur, la salle est décorée dans des tons rouges pour une ambiance chaleureuse. Côté assiette, on y savoure une cuisine régionale aux saveurs provençales. Petit coup de cœur pour le café gourmand qui est très copieux. La bière corse à la châtaigne à la pression est aussi très appréciée des clients. Une adresse à laquelle on a plaisir à revenir. Et pour être sûr d'avoir une table le week-end, mieux vaut réserver.

**LA VIEILLE AUBERGE €€**

7, place Pierre-Merle – Au village

☎ 04 93 59 03 02

*Menu unique à 23 € (entrée, plat et dessert au choix dans la carte). Prix moyen à la carte : 25€.*

La Vieille Auberge occupe une situation centrale dans le village de Gréolières. Le restaurant accueille ses clients sur la place principale de Gréolières, dans la jolie salle ou bien sur la terrasse ombragée aux beaux jours. Le menu sent bon la Provence, on y retrouve des spécialités du sud, comme les petits farcis à la niçoise.

**RESTAURANT**

**LE CHALET DU PARC €€**

3141 Bd du Grand Pré – A la station

☎ 04 93 59 70 75

valentinbogho@gmail.com

*Ouvert tous les jours de 8h à 20h.*

Ambiance familiale et cuisine généreuse sont au programme dans ce restaurant incontournable de la station de Gréolières les Neiges, ouvert depuis 1985. En salle au coin du feu ou installé en terrasse au soleil, vous y apprécierez les plats du jour présentés à l'ardoise et les crêpes au rapport qualité-prix imbattable. Et en plus, ils sont servis avec le sourire ! Une jolie adresse où se réchauffer et se régaler après quelques descentes à skis.

**EMPLETTES**

**LA GRIGNOTE**

23, Rue de la Mairie – Au village

☎ 06 31 51 83 12

c.marcus@hotmail.fr

*Ouvert le mercredi de 8h30 à 12h ; le vendredi de 16h30 à 19h.*

Si vous êtes de passage à Gréolières, vous devez absolument vous arrêter à la Grignote ! Ici, les pains sont fabriqués en utilisant exclusivement du levain naturel et mis en cuisson dans un four traditionnel en pierre après une lente fermentation. Car il faut du temps et un bon coup de main pour préparer les pains (nature, aux olives, aux noix, etc.), brioches et biscuits 100 % maison et bio à retrouver en vitrine. Sans oublier les bretzels, michettes et l'étonnant khorasan aux saveurs puissantes à retrouver au fournil le mercredi seulement.



LE JAS DES ROCHERS

# Emmanuelle Poulain

Vous le retrouverez dans les assiettes des chefs étoilés locaux ou à travers des pâtisseries réalisées par Emmanuelle Poulain elle-même : le safran du Jas des Rochers à Cipières nous met en appétit.

## Pouvez-vous nous raconter l'histoire du Jas des rochers ?

Le Jas des rochers, c'est un petit cabanon dans les bois que mon conjoint Claude, enfant du village, a acheté dans les années 2000. Pour ma part, je ne suis pas issue du milieu agricole, mais nous voulions ensemble retourner à la terre. N'ayant ni eau, ni électricité sur place, nous avons privilégié la culture du safran puisque sous un climat tempéré, l'arrosage est en principe inutile et le bulbe enterré profondément est préservé du froid. Nous nous sommes lancés dans l'aventure en commençant avec une parcelle d'essai de 3500 bulbes, on s'est rendu compte que notre terre était riche et qu'elle nous donnait de jolies fleurs.

## Comment intégrez-vous la notion de développement durable à votre métier ?

Nous aurons le label Bio dès le mois de mars, mais notre mode de vie tend vers le durable depuis toujours. Nous faisons attention à l'eau que nous avons grâce au lac de rétention des eaux pluviales construit par nos soins pour alimenter nos cultures. On ne met pas d'engrais, ni de pesticide, c'est parfois difficile, mais c'est un état d'esprit, il faut s'adapter et se réjouir de ce que la terre nous offre.

## Comment apprécier le safran de Cipières ?

Le safran s'accorde à merveille avec l'orange, un thé à l'orange avec un pistil de safran, c'est simple et c'est excellent.

## Où peut-on retrouver votre dernière récolte ?

Nous vendons nos produits sur place ainsi que sur les marchés locaux. Toutes nos actualités (marchés, journées portes ouvertes, jours de brunch) sont à retrouver sur le site et sur Facebook, suivez-nous !

## LE JAS DES ROCHERS

Chemin du Plan – 06620 Cipières  
☎ 06 60 63 47 32 – 06 22 19 23 85  
[www.lejasdesrochers.com](http://www.lejasdesrochers.com)  
[safran.jdr@gmail.com](mailto:safran.jdr@gmail.com)

En plein cœur du parc des Préalpes d'Azur, accessible à pied seulement, l'exploitation tenue par Emmanuelle et son mari offre aux palais raffinés un produit d'exception : le safran. Cultivé de manière naturelle et récolté à la main, cet or rouge est à découvrir et à déguster lors de journées portes ouvertes ou de brunchs pour se reconnecter à la nature le temps d'une journée. Chaque plat proposé est cuisiné maison avec des produits bio par « Emma », qui se fera un plaisir d'échanger et de vous faire découvrir ses nombreuses recettes safranées. Vente sur place.

© SOPHIE BOULET







# Cipières

Faisant face au village de Gréolières depuis l'autre rive du Loup, Cipières offre une vue imprenable sur le massif du Cheiron et la vallée du Loup en contrebas. Le village est aujourd'hui un gage de tranquillité et d'authenticité pour les visiteurs, les touristes, et les personnes à la recherche d'un lieu calme où se reposer en pleine nature. Coloré, charmant, le cœur du village a de quoi séduire les promeneurs et randonneurs nombreux, au carrefour des sentiers de randonnée GR4 et GR51.

## SE RESTAURER

### LA CUISINE DE MARGARETA €€

125, la Place  
☎ 04 93 58 78 70

*Ouvert tous les jours le midi, et sur réservation uniquement le soir. Réservation recommandée.*

Rien ne change, sauf le nom (auparavant Les Ormeaux) de ce restaurant installé sur la place du village, apprécié des randonneurs qui s'aventurent dans les environs. Et si la terrasse est charmante, le nombre de places au soleil y est limité. Les propriétaires vous réservent un accueil chaleureux et séduiront vos papilles avec une cuisine du terroir composée de produits frais. Ici tout est fait maison et la carte ne compte seulement que deux ou trois plats et desserts chaque jour évoluant au rythme des saisons. Un gage de fraîcheur qu'on ne peut qu'apprécier.

## EMPLETTES

### LES RUCHERS DE CIPières

2235, route de Gréolières  
☎ 06 16 47 78 06  
[www.lesruchersdecipieres.com](http://www.lesruchersdecipieres.com)  
[lesruchersdecipieres@gmail.com](mailto:lesruchersdecipieres@gmail.com)

*Ouvert du lundi au samedi de 9h à 19h.  
Vente à la miellerie.*

Loin de la pollution et des pesticides, les petites abeilles de Philippe Coste butinent et produisent un miel absolument divin à retrouver aux Ruchers de Cipières. Vous y découvrirez alors des miels locaux de qualité, récoltés et conditionnés par les équipes du rucher, ainsi que du pollen frais, de la gelée royale, de la propolis, de véritables alliés santé 100% naturels. Sans oublier les confiseries et autres produits au miel selon la saison. Vente en circuits courts, sur les marchés locaux (tous les vendredis matin au marché de Valbonne) également.

### CHEZ CAMILLE

143, La Place  
☎ 09 81 97 67 17  
[www.facebook.com/La-Supérette-de-Cipières-106168071921556/?ref=page\\_internal](https://www.facebook.com/La-Supérette-de-Cipières-106168071921556/?ref=page_internal)

L'Epicierie fine de Cipières a ouvert ses portes récemment. Chez Camille est une véritable vitrine des producteurs locaux de la vallée du Loup. Le miel de Cipières des Ruchers de Cipières, la viande du Gaec de Calern, les pommes de terre de Caussols sont autant de produits en vente dans ce commerce.



ESCAPADES AU PIED DU CHEIRON

# Où dormir ?

## LA CASCADE €€

635 chemin de la Cascade

06620 Courmes

☎ 04 93 09 65 85 - 06 14 16 15 65

[www.cascade06.com](http://www.cascade06.com)

[bruno.rouganne@gmail.com](mailto:bruno.rouganne@gmail.com)

*Fermé du 1<sup>er</sup> décembre au 30 janvier.  
5 chambres. Possibilité de privatiser la  
maison à la semaine pour 12 personnes.*

Si cette ancienne bergerie en pleine nature, à l'aplomb des gorges du Loup, est exceptionnel, l'accueil que vous réservent Eric et Bruno l'est tout autant. Spacieuses, les chambres donnent sur le jardin dans lequel vous aurez plaisir à profiter de la piscine et du terrain de pétanque. Les férus de nature et de gastronomie y trouveront leur bonheur puisqu'un dîner « table d'hôtes » est proposé avec une cuisine travaillée avec les produits du terroir. L'occasion de faire connaissance avec vos hôtes et de faire le plein de bonnes adresses pour la suite de votre séjour.

## CHALET ALPINA AQUA RELAX

HÔTEL AND SPA\*\*\* ♿ €€

2985, boulevard du Grand Pré

06620 Gréolières

☎ 04 92 11 07 07 - 06 70 03 92 83

[alpinahotel-greolieres.fr](http://alpinahotel-greolieres.fr)

[contact@alpinahotel-greolieres.fr](mailto:contact@alpinahotel-greolieres.fr)

*Ouvert de mi-juillet à mi-août, et de février  
à fin avril. 10 chambres. Chambre double  
à partir de 150 €. Demi-pension. Petit  
déjeuner : 12 €. Chèque Vacances. Ani-*

*maux acceptés (petits animaux autorisés. Supplément de 10€ par nuit). Bain bouillonnant, sauna.*

Soigneusement équipées, les 10 chambres composant l'hôtel offrent aux visiteurs un emplacement privilégié dans la station de Gréolières. Pour bien commencer la journée, le petit déjeuner est composé de charcuteries alsaciennes, pain frais, omelette, ou de viennoiseries, confitures et jus de fruits. Le Restaurant bistrannique, l'Alsace en Provence, face aux pistes, est dans le plus pur style d'une Winstub alsacienne. Espace détente avec sauna finlandais et bain bouillonnant, en prime !

## VILLA REGAIN €€

440, route de Gentelly

06620 Gréolières

☎ 04 89 24 66 94 - 06 79 72 12 52

[www.villa-regain.fr](http://www.villa-regain.fr) - [stas.daniel@neuf.fr](mailto:stas.daniel@neuf.fr)

*Qualité Tourisme. 4 chambres.*

La Villa Regain propose 4 chambres d'hôtes pour un séjour sous le signe de la détente, en accord avec la nature dans l'arrière-pays provençal. Labellisé Qualité Tourisme, l'adresse se veut garante du respect de 400 critères pour le confort de ses clients. Un dîner « table d'hôtes » est proposé (Réservation impérative). L'hôtel propose un espace Zen, avec bain bouillonnant, massage, spa et boutique. Une parenthèse complète au grand air dans un endroit aussi plaisant qu'accueillant. Nouveau service : location de vélo de promenade à assistance électrique.



## SE DÉPLACER EN BUS SUR LA CASA

Avec le réseau ENVIBUS et ICILA, son service de transport à la demande : [www.envibus.fr](http://www.envibus.fr)

Ou en téléchargeant l'application Envibus Capazur.

# L'agriculture sur la CASA



## Un territoire riche de contrastes

### 24 communes de la mer à la montagne

**Un haut pays** caractérisé par les exploitations d'élevage façonnant les grands espaces d'une biodiversité remarquable

**Un moyen pays** marqué par une agriculture diversifiée

**Un littoral** rassemblant les exploitations horticoles et maraîchères du territoire



## Quelques chiffres

**292 agriculteurs, soit 15,6% des exploitants agricoles du département des Alpes-Maritimes, répartis comme suit :**

**38 % d'éleveurs** dont:

**17% d'élevage d'ovins et caprins** pour la viande et fromage

**11% d'élevage d'équins et asins**

**10% d'autres élevages** (pisciculteurs, apiculteurs, aviculteurs...)

**32 % d'horticulteurs** avec les cultures traditionnelles (roses, oeillets, glaïeuls)

**16% de maraîchers**

**7% d'autres cultivateurs** (plantes à parfum, agrumes, fruits rouges)

**6% d'oléiculteurs**

**2% de viticulteurs**



## Des terroirs d'avenir et d'innovation

Des entreprises et centres de formations investis dans la recherche et le développement agricole (INRA, Lycée horticole et agricole d'Antibes - Vert d'Azur)



# UN TERRITOIRE *authentique*

**18 VILLAGES** AUX VUES ÉPOUSTOUFLANTES SUR LA MÉDITERRANÉE  
DEPUIS LES COLLINES DU MOYEN PAYS JUSQU'À LA CIME DU  
CHEIRON CULMINANT À 1778m

UN PATRIMOINE NATUREL UNIQUE :

- 1 STATION DE MONTAGNE
- 4 PARCS NATURELS DÉPARTEMENTAUX
- 2 FLEUVES CÔTIERS
- 1 RIVIÈRE CLASSÉE RIVIÈRE D'EXCEPTION

3,95 € Prix France

