



STATION VERTE
Val-de-Saône

DÉPARTEMENT
Seine-Maritime

RÉGION
Normandie



Randonnée terroir et patrimoine à Val-de-Saône



Suivez les Décou Vertes de Flora sur flora.stationverte.com et sur les réseaux sociaux



#Floralecotouriste



Me voici à Val-de-Sâane, une jolie commune rurale avec beaucoup de charme où les activités nature sont reines.

Avec Wizz, nous avons emprunté le GR212, qui traverse la Seine-Maritime du nord au sud, et nous avons parcouru une dizaine de kilomètres à travers Val de Sâane et ses alentours. Sur le parcours nous avons admiré le Château de la Coutière, qu'on nomme la "Perle de la Sâane". Nous sommes tombés sous le charme du patrimoine rural local : fontaines, chapelles et églises.



où certaines essences d'arbres ont même été plantées, spécialement pour leur bien-être et pour avoir une belle biodiversité !

J'ai adoré écouter les histoires de Baptiste, passionné par son métier. Et vous savez quoi ?

Il m'a avoué qu'il avait peur des poules quand il avait mon âge, mais chut, c'est un secret.



Connaissez-vous la Berce des Prés ?

C'est une plante sauvage ! On la trouve partout en bord de route, prairies. Elle a des grandes feuilles aux larges folioles, dentées, ondulées qui peuvent atteindre jusqu'à 50 cm. Les feuilles ont un doux parfum d'agrumes, leur tige de céleri et plus légèrement de noix de coco. Elle est réputée pour être stimulante, digestive, hypertensive. En cuisine, elle est idéale pour faire de bonnes recettes sucrées ou salées. Miam !



Continuez les Découvertes

[La campagne cauchoise et ses villages de caractère](#)

[La belle de Beauval une histoire de famille](#)

[Découvrez Val-de-Sâane](#)

J'ai fait la rencontre d'Olivier qui est traiteur botaniste, il m'a donné plein d'astuces pour cuisiner les plantes. J'ai pu déguster la berce, le lierre terrestre, l'ail des ours. Je me suis régalée !

Au détour d'un chemin, j'ai visité une ferme qui s'appelle "la Belle de Beauval" dans laquelle

on produit et commercialise des œufs en circuit court et en agriculture biologique.

En tout, il y a 3 000 poules, soit 17 000 œufs par semaine, ça en fait des omelettes !

Les poules sont bien traitées et semblent heureuses, elles disposent d'un grand terrain

