



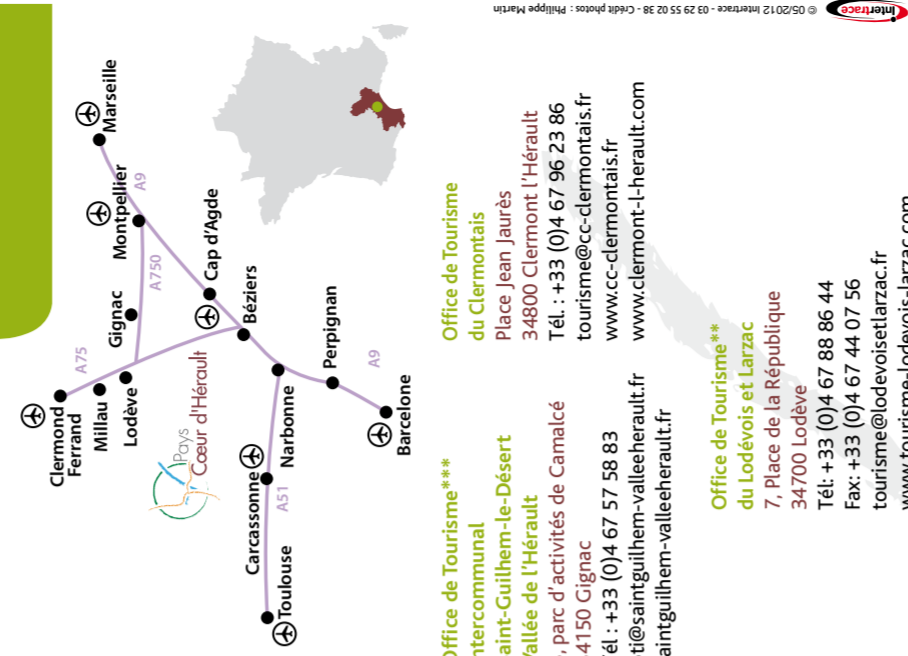
Pêche en Cœur d'Hérault

www.coeur-herault.fr



Pays Cœur d'Hérault

Le Cœur d'Hérault au fil de l'eau



Office de Tourisme* Intercommunal Saint-Guilhem-le-Désert**
 3, parc d'activités de Camalcé
 34150 Gignac
 Tél. : +33 (0)4 67 57 58 83
 ot@saintguilhem-valleeherault.fr
 saintguilhem-valleeherault.fr

Office de Tourisme du Lodévois et Larzac**
 7, Place de la République
 34700 Lodève
 Tél. : +33 (0)4 67 88 86 44
 Fax: +33 (0)4 67 44 07 56
 tourisme@lodevoisetlarzac.fr
 www.tourisme-lodevois-larzac.com



Pays Cœur d'Hérault

1 Le Lac du Salagou

2^{ème} catégorie

Mêlant le bleu profond de ses eaux aux plus rouge de la ruffe, ce lac est né en 1969 suite à la construction d'un barrage sur la rivière du Salagou.

D'une superficie de 720 ha environ, cette étendue d'eau atteint une longueur de 6,5 km d'Octon au barrage et sa profondeur moyenne est de 15 m.

Dans ses eaux évoluent des carpes, de nombreux carnassiers: brochets, sandres, black-bass et plus récemment le silure. La pêche aux carnassiers a une fermeture spécifique de fin janvier à début avril (se renseigner auprès de la fédération de pêche). Quant à la pêche de nuit, elle est tolérée sur une période variable (se renseigner auprès de la Fédération). Les accès sont relativement faciles sur les berges, en pentes douces ou plus abruptes. La barque de pêche est cependant conseillée pour prospecter les carnassiers.

Le coin du pêcheur durable

Afin d'éviter toute pollution sur ce Grand Site, seuls les bateaux à moteurs électriques sont autorisés. Les rosélières abritent de nombreux oiseaux protégés. Respectez-les et consultez le Code de conduite des usagers du lac.

Après la pêche, la découverte...

- Le cirque de Mourèze et ses étranges dolomies de pierre.
- La manufacture royale de Villeneuve, datant du XVII^e siècle.

2 L'Hérault

2^{ème} catégorie

Le fleuve Hérault prend sa source dans les Cévennes. Ses 320 km de berges dévoilent une grande diversité de paysages.

Entre Ganges et Aniane, l'Hérault a sculpté de profondes gorges calcaires tandis qu'en aval, il se révèle sous un tout autre jour, parcourant la plaine de ses méandres tranquilles.

Fleuve aux multiples visages, l'Hérault saura ravir les amateurs de pêche au coup, mais aussi les carpistes ou les pêcheurs de carnassiers. Sa partie amont s'adresse aux amateurs de sites sauvages, d'accès délicat. Plus en aval, une dense ripisylve protège le cours d'eau de son épais rideau de végétation, la barque de pêche devient alors un moyen privilégié d'accès. En partie basse, plusieurs plans d'eau proposent de partager une partie de pêche au coup en famille ou entre amis.

Le coin du pêcheur durable

Omniprésent mais discret, l'Hérault a de tous temps contribué au développement économique de la vallée, notamment celui de la viticulture. Il est aujourd'hui un lieu de détente et de loisirs, nécessitant respect et bienveillance de la part de tous.

Après la pêche, la découverte...

- Le village médiéval de Saint-Guilhem-le-Désert et le pont du Diable.
- Argileum - la maison de la poterie à St-Jean-de-Fos.

3 La Lergue et son Parcours "No Kill"

1^{ère} et 2^{ème} catégorie

La Lergue prend sa source sur le Larzac où elle s'attarde un peu avant de se jeter dans la vallée rocailleuse de l'Escalette.

Elle devient une belle rivière à l'approche de la plaine verdoyante du Lodévois. Son cours rejoint alors les terres rouges du Salagou avant de rallier le fleuve Hérault.

Cette rivière à l'accent cévenol est adaptée à tous les pêcheurs: la truite Fario de souche (méditerranéenne) s'y recherche dans son cours supérieur. Les amateurs ne sont pas oubliés, car ils peuvent profiter de lâchers réguliers pratiqués par l'association locale. Pour les plus petits ou amateurs de fritures, les vairons et goujons ne seront pas en reste. En bonus, le cours de cette rivière propose un parcours « sans tuer », situé entre la 1^{ère} et 2^{ème} catégorie permettant ainsi la pêche toute l'année.

Le coin du pêcheur durable

Depuis quelques années, l'association de pêche de Lodève maîtrise la reproduction de la truite Fario de souche qui élevée en amont, est déversée en poisson unique de repeuplement. Des efforts qu'il faut soutenir par des prélèvements raisonnables.

Après la pêche, la découverte...

- La cathédrale St Fulcran et la ville de Lodève.
- La Manufacture nationale de tapis de la Savonnerie.
- Le Musée de Lodève et ses grandes expositions.

4 La Vis

1^{ère} catégorie

La Vis, frontière entre Gard et Hérault, a deux vies: quelques kilomètres après sa source, elle disparaît à Vissec pour renaître dans la résurgence de la Foux.

Arrivée dans son nouveau cours, elle alterne un paysage varié de gorges, landes et cascades avant d'aller grossir les eaux de l'Hérault.

Ce magnifique cours d'eau est peuplé de truites sauvages méfiantes et difficiles à saisir, la limpidité de l'eau permettant une vision parfaite de l'agitation venant des berges. Aussi, le moindre déplacement dans son lit occasionne la fuite des poissons avertis... de quoi énerver les nombreux pêcheurs qui viennent se mesurer aux belles zébrées. Toutes les techniques sont possibles, mais les moucheurs et les adeptes de la pêche aux appâts naturels pourront s'y délecter!

Le coin du pêcheur durable

La Vis a façonné des paysages d'une rare beauté, confrontés à la fréquentation importante du public. Il est donc important que les pêcheurs, présents sur des périodes plus étendues, apportent un soin particulier à la protection de cette rivière.

Après la pêche, la découverte...

- Le belvédère de la Baume Auriol, sa vue plongeante sur le cirque de Navacelles.
- Le plateau du Larzac avec ses mégalithes et les moulins de la Foux.

5 Mas de Mérou

1^{ère} catégorie

Lovée dans une vallée au Nord de Lodève où coulent des ruisseaux provenant de l'Escandorgue, le Mas de Mérou, avec son parcours enchaînant cascades et plans d'eau sur un itinéraire aménagé et ombragé, permet aux familles et pêcheurs confirmés de venir taquiner la truite.

Cette pisciculture qui propose un parcours de 2 km en 1^{ère} catégorie, est un lieu idéal pour se reposer au fil de l'eau, en famille, sur des installations mises à disposition. Il invite les enfants à découvrir et pêcher le poisson dans son état naturel. La possibilité de faire griller sa prise est un moment agréable dans le déroulement de la journée. L'opportunité de se procurer du poisson en fin de journée permet de garder un souvenir du temps passé dans ce petit paradis.

Le coin du pêcheur durable

Ce site, ouvert pendant la période de pêche (mi-mars à mi-septembre), permet aux enfants de s'initier aux techniques de pêches. L'élevage est raisonné. Le cadre recèle une faune et une flore importante (orchidées sauvages, écrevisses, papillons).

Après la pêche, la découverte...

- La cathédrale St Fulcran et la ville de Lodève.
- Le lac du Salagou dans son écrin de ruffes.
- Le plateau de l'Escandorgue et sa forêt domaniale.

6 Parcours Fédéral "Les Sablières de Pouzols"

2^{ème} catégorie

Situé dans la moyenne vallée de l'Hérault, le parcours fédéral des sablières de Pouzols propose 2 km de berges et 20 ha de plans d'eau aménagés pour la pratique de la pêche.

Créé sur un ancien site d'extraction de graves, ce parcours est devenu un site incontournable pour les pêcheurs héraultais.

Le fleuve Hérault présente ici un lit large et un faible courant. On trouve dans ces eaux de profondeur moyenne toutes les espèces de carnassiers (brochets, sandres, perches, black-bass), mais aussi une dense population de poissons blancs. Quelques beaux spécimens de carpes ont également élu domicile dans ces eaux. La pêche à la mouche est également possible, permettant l'initiation ou le perfectionnement à cette technique. Des pontons ont été aménagés pour les personnes à mobilité réduite.

Le coin du pêcheur durable

La plaine alluviale de l'Hérault a de tous temps été exploitée pour l'extraction de graves. La Fédération de Pêche de l'Hérault nous propose ici un bel exemple de reconversion d'un site industriel pour les pratiques de loisirs.

Après la pêche, la découverte...

- Le Pouget, village médiéval circulaire
- Le domaine des Trois Fontaines, accueillant l'un des centres équestres les plus dynamiques du territoire.

Les Espèces Protégées

Ecrevisse à pattes blanches

La pêche de l'écrevisse à pattes blanches, contrairement à sa cousine américaine, est interdite toute l'année en 1^{ère} et 2^{ème} catégorie.

Faune et Flore

Le Pays Cœur d'Hérault abrite des milieux naturels remarquables, particulièrement sensibles, chargés d'une biodiversité unique au monde.

Le Chabot de l'Hérault est une espèce unique au monde que l'on retrouve dans les rivières très propres comme la Vis et la Buèges.

Des espèces exotiques invasives (nuisibles), provenant du monde entier, s'attaquent aux derniers bastions aquatiques du territoire. *Soyez vigilants!*

Par ailleurs, de nombreuses espèces vivent et se reproduisent autour de ces espaces de pêche. *Soyez attentifs à les préserver!*

Rousserolle turdoïte Martin pêcheur

Credit photos: Philippe Martin

Les Principales Espèces

Brochet **Sandre**

Carnassiers:

- Brochets,
- Sandres,
- Perches,
- Black-bass,
- Silures

Silure

Carpes « communes, miroir, cuir »

Gardon **Brème**

Poissons blancs:

- Ablettes,
- Gardons,
- Brèmes

Poissons d'eaux vives:

- Truite Fario,
- Vairon

Truite Fario

La truite aime les eaux vives et fraîches de la Lergue et de la Vis.

L'Ombre, introduit dans la Lergue!

La Truite de Joubert

Cette recette vous est proposée par Qualité Sud de France.

RECETTE :

- Videz la truite que vous avez évidemment pêchée dans l'heure précédente.
- Passez-la sous l'eau.
- Faites un mélange avec l'huile d'olive, la moutarde et le thym et tartinez largement l'intérieur de la truite. Ajouter la tomate découpée en rondelles.
- Salez et poivrez
- Mettez la truite en "papillote" dans du papier "alu" et faites la cuire sur le grill.
- Retournez-la et servez!

VIN:

Un vin blanc né sous le soleil et qui présente des arômes d'abricots, d'agrumes et d'épices. La bouche se montre ample, savoureuse et fraîche et mettra en valeur la chair tendre de la truite.

INGRÉDIENTS :
 Pour 2 personnes:

- 2 truites
- Huile d'olive
- 1 tomate
- Moutarde, thym
- Sel et poivre

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

