



# La Newsletter du Cercle Nautique de Paimpol

1ER SEPTEMBRE 2017

NUMÉRO 9

## CNPL

Maison des Plaisanciers  
Quai Neuf  
22500 PAIMPOL

Téléphone :  
**06 80 55 28 63**

Nous sommes sur le Web !

[www.cercle-nautique-paimpol.com](http://www.cercle-nautique-paimpol.com)

### Dans ce numéro :

- > L'actualité
- > Les temps forts du mois
- > Météo
- > A voir sur le site
- > Le dicton du mois
- > Recette de cuisine
- > Chronique du Goéland voyageur

### La Newsletter du CNPL :

#### **Directeur de publication :**

Alain Le Breton.

#### **Rédaction :**

Ch. Gabriel

#### **Comité de rédaction :** le

Bureau du CNPL.

#### **Conception et réalisation :**

Ch. Gabriel.

## Actualité

- ✚ En ce mois de septembre le CNPL souffle la 1<sup>ère</sup> bougie de son nouveau site internet ...



**Bon Anniversaire !!!!!**

[www.cercle-nautique-paimpol.com](http://www.cercle-nautique-paimpol.com)

- ✚ **Forum des Association avec le CNPL : samedi 2 septembre**
- ✚ **Fête de l'huître à Paimpol : dimanche 3 septembre**
- ✚ **Le Grand Pavois de La Rochelle du 27/09 au 2/10**
- ✚ **Pour information : la liste est close pour la visite du CROSS CORSEN le lundi 2 octobre**

## Les temps forts du mois ...

### ➤ Réunion mensuelle

Mardi 5 septembre 2017 à 18h Maison des Plaisanciers ... venez nombreux !

### ➤ Navigation : remontée du Trieux **23 et 24 septembre**

## Météo spéciale pêche à pied

### **Lune et Marée en juillet**

Pleine lune le 6 septembre ⇨ coefficient 96 les 8 et 9 septembre

Nouvelle lune le 20 septembre ⇨ coefficient 99 le 21 septembre

## A voir sur [www.cercle-nautique-paimpol.com](http://www.cercle-nautique-paimpol.com)

### ➤ Nouveautés de la rentrée 2017 :

○ **Section pêche ... venez vous inscrire**

○ **Projet de chorale ... le chant de marin à domicile**

- **Visitez le Blog et les petites annonces ... il ya peut-être celle qui vous intéresse- la Bourse aux équipiers est là pour vous !**

Avertissement : le site du CNPL étant mis à jour régulièrement certaines informations peuvent ne plus y apparaître parce que n'étant plus d'actualité

## Le dicton du mois

**Quand un cachalot de 45 tonnes vient de tribord, il est prioritaire. A bien y penser, quand il vient de bâbord aussi....  
(Olivier de Kersauson dit l'Amiral) !**

## Recette de cuisine

### RÔTI DE LIEU NOIR À LA PROVENÇALE

**Source : Comptoir de la mer**

**Temps de préparation : 15 minutes**

**Temps de cuisson : 30 mn**

**Nombre de personne : 4**

**Accompagnement : Crozes-Hermitage (Rhône blanc)**

#### Ingrédients :

- 2 filets de lieu écaillé avec la peau d'environ
- 1 kg (ou 1 gros filet coupé en deux)
- 200 g d'olives noires dénoyautées
- 100 g de tomates séchées à l'huile égouttées
- 1 bouquet de basilic ou 1 poignée de feuilles de marjolaine
- 6 fines tranches de bacon ou de pancetta
- Huile d'olive, poivre du moulin (pas de sel à cause du bacon et des olives)

#### Instructions :

- Rincer, éponger et effeuiller les herbes.
- Hacher grossièrement les olives avec les tomates et les herbes.
- Étaler le hachis sur un des filets, recouvrir avec le deuxième filet tête-bêche et poivrer. Déposer le bacon sur le dessus et ficeler le tout avec de la ficelle de cuisine pour former un rôti.
- Déposer le rôti dans un plat à gratin, arroser d'un filet d'huile d'olive et enfourner pour 30 minutes à 200°.
- Arroser le poisson à 2 ou 3 reprises avec son jus..

## Chronique du Goéland voyageur ....

Suite à l'annonce en juillet dernier de la création d'une section pêche au sein du CNPL, Le Goéland Voyageur a voulu en savoir plus en interviewant son initiateur.

***Le Goéland Voyageur : Pourquoi une section pêche dans une association très marquée par la voile ?***

***Christian*** : La voile est effectivement le "cœur de métier" du CNPL et beaucoup d'adhérents sont des voileux.

Mais il n'y a pas que la voile dans la vie. Paimpol a la chance d'être en bord de mer. Autant profiter de toutes les activités qu'elle nous offre.

De nombreux adhérents du CNPL sont ou semblent intéressés par la pêche en mer. Certains s'y adonnent déjà en solitaire mais aimeraient

bien partager ce moment assez magique qu'est la pêche en mer. D'autres, bien qu'ayant un bateau, ne sont pas tentés par la solitude en mer. Enfin il y a ceux qui n'ont pas de bateaux mais aimeraient bien goûter aux joies de la pêche.

C'est pourquoi la création d'une activité pêche pour regrouper tout ce petit monde paraissait une idée intéressante et une occasion d'élargir l'offre, déjà riche, du CNPL.

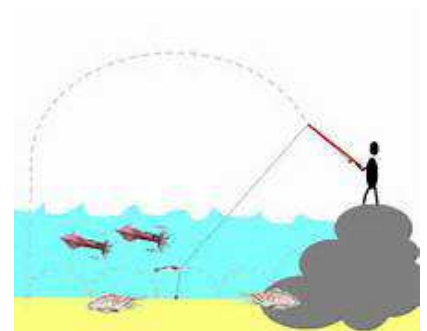
En mettant en place une activité pêche le CNPL se fera connaître pour cette activité nouvelle et pour son dynamisme, et attirer ainsi, peut-être, une nouvelle génération d'adhérents et de pêcheurs, encore plus jeune.

***LGV : Pêche en mer exclusivement ?***

**Ch. :** Oui et non. Oui parce que la pêche en rivière n'est pas au programme. En tout cas pas pour l'instant. Non parce ce ne sera pas exclusivement en pleine mer depuis un bateau. La mer est un terrain de jeu fabuleux. L'idée est de s'intéresser à la pêche en générale : pêche en mer depuis un bateau, pêche depuis le bord de mer, pêche à pied, pêche au casier, pêche au filet ... toujours dans le respect de l'environnement, en préservant la ressource, et de la réglementation en vigueur.



et



***LGV : Vous avez vous-même une longue pratique de la pêche ?***

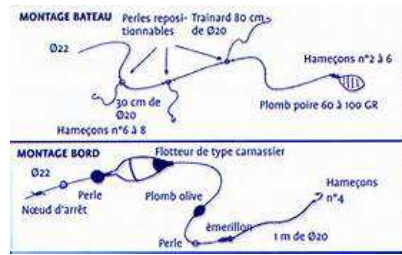
**Ch. :** Pas du tout. Il se fait que j'aime la mer, la navigation et les produits de la mer (bien cuisinés !).

***LGV : Comment va-t-elle fonctionner ?***

**Ch. :** Restons simples. Comme dans toute activité, la saison pêche comportera trois phases : une phase de préparation, une phase de réalisation et une phase « dégustation ». Le tout en suivant les saisons. La préparation en hiver (pendant l'hivernage des bateaux), la réalisation et la dégustation en saison de pêche.

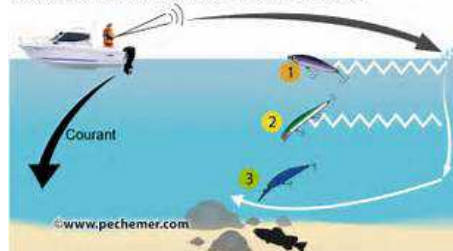
***LGV : Préparation, réalisation, dégustation ... concrètement ?***

**Ch. :** La préparation consistera en des ateliers dont l'objectif est d'initier les novices et d'apporter un complément à ceux qui pratiquent déjà. Plusieurs thèmes seront abordés : que pêche-t-on le long de nos côtes, avec quel matériel, selon quelle pratique sans oublier les instruments électroniques d'aide aux pêcheurs. Nous ferons appel soit à des professionnels, soit à des pêcheurs expérimentés.

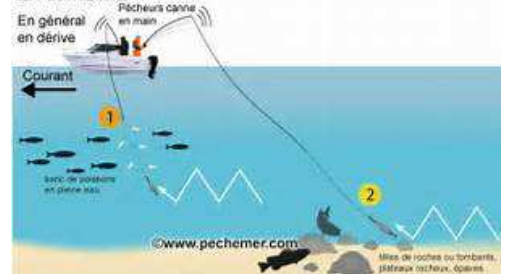


La réalisation sera le passage de la théorie à la pratique. On pourra, selon les circonstances, faire appel à un guide de pêche, le Goëlo n'en manque pas, pour nous accompagner sur des lieux de pêche. Dans ce dernier cas, l'intervention du guide de pêche étant payante, une contribution sera demandée aux participants à la sortie pêche.

**AU LANCER-RAMENER DE LEURRES DURS**



**EN DANDINE**



Quant à la « dégustation » (en d'autres instances plus professionnelles on parlerait plutôt « d'évaluation ») c'est le moment privilégié où l'on va savourer le fruit de la pêche, à condition de ne pas rentrer bredouille !

**LGV : Organiserez-vous des concours ?**

**Ch. :** Au sein de l'association peut-être, mais en gardant à l'esprit que la pêche que l'on veut pratiquer est la pêche « plaisir ». Il ne s'agit pas de remplir nos congélateurs ni de courir après les trophées. Pour de nombreux pêcheurs, ramener un beau poisson, bar ou lieu jaune ou autre, sera une belle récompense, déjà un bel exploit.

**LGV : Est-il prévu des séjours de pêche à l'étranger ?**

**Ch. :** Effectivement on y pense. Ce serait même en quelque sorte le Graal car pour s'offrir un tel séjour il est souhaitable de pouvoir en profiter en ayant déjà un peu de pratique et de réussite. On pense bien sûr à l'Irlande qui est si proche de nous et à son offre exceptionnelle en la matière.

**LGV : Quand démarre la section pêche ?**

**Ch.°:** Dès la rentrée et dès qu'un petit groupe a pu se constituer.

**LGV : Merci ... à bientôt en mer ... et bonne pêche !**