



DROMACITY.ORG
NEWSLETTER MARS 2021

*Ce mois ci l'interview de Franck Doens et Dino ...
par Karine SAUZET*



N.: **3**
Mars 2021

WWW.DROMACITY.ORG



DROMACITY.ORG

NEWSLETTER MARS 2021

Chers Amis, Chers Adhérents,

La newsletter de mars 2021 nous amène au printemps avec des sujets passionnants ...

Une actualité riche en évènements passés et à venir dans les pages suivantes dont je vous souhaite bonne lecture.

F Dureuil

SOMMAIRE

<i>Présentation DromaCity Occitanie - Béziers</i>	<i>page 2-3</i>
<i>Article DromaCity Sahara Tunisie</i>	<i>page 4</i>
<i>Article DromaCity Tchad</i>	<i>page 5</i>
<i>Article DromaCity Djanet Sahara Algérie</i>	<i>page 6</i>
<i>Article DromaCity Lebjawi Mauritanie</i>	<i>page 6</i>
<i>Personnalité du mois : Franck Doens reportage de K Sauzet</i>	<i>page 7-8-9</i>
<i>Cuisine et recettes</i>	<i>page 7</i>
<i>Lait de chamelle : beauté et environnement</i>	<i>page 8</i>
<i>Entraînements - Courses</i>	<i>page 9</i>

Toutes les informations sur le dromadaire se trouvent sur le site par le lien suivant :

<https://www.dromacity.org/>

Toutes les informations sur le chameau, lama et alpaga se trouvent sur le site par le lien suivant :

<https://www.dromacity.org/dromacity-nouvelle-aquitaine-france/>



DROMACITY.ORG

NEWSLETTER MARS 2021



DROMACITY OCCITANIE

LIZZIE ZIMMERMANN-VAXIVIERE PRÉSIDENTE

presidente-occitanie@dromacity.com



Lizzie, professeure de yoga diplômée, a beaucoup voyagé notamment dans les pays du Maghreb avec de nombreux séjours au désert. Elle a toujours connu le monde du dromadaire et est, depuis le début, investie dans l'aventure DromaCity.

Après de grandes études dans le domaine du commerce de luxe et la communication, elle va travailler pour les plus grands joailliers de la place Vendôme à Paris et se perfectionner dans la haute horlogerie en Suisse.

Installée aujourd'hui à Béziers, elle prend la direction de DromaCity Occitanie, région qu'elle affectionne particulièrement.

Elle aura à cœur de promouvoir une ville qui a pour emblème "Lou Camel" et une région particulièrement bien dotée en élevage de dromadaires.

De belles couleurs à défendre pour la nouvelle présidente et des initiatives de développement des activités méharistes envisagées pour porter à la connaissance du public les extraordinaires qualités du dromadaire.



DROMACITY.ORG

NEWSLETTER MARS 2021

Elodie TORAN - Secrétaire générale

Elodie, maman de deux petites filles, est très investie dans la vie de son village et souhaite organiser des ateliers artistiques (peinture, dessin, musique, couture) auprès des écoles et des sorties pédagogiques dans les clubs méharistes de la région. Une gestion familiale de l'activité associative qui manquait à DromaCity et que nous accueillons avec plaisir



Ludovic TRAPET - Trésorier

Ludovic, sportif de haut niveau, spécialiste du combat rapproché, a participé en 2018 au Festival International de Zaafrane en Tunisie pour assurer la sécurité des personnalités. Il a découvert le dromadaire à cette occasion et s'est pris de passion pour cet animal qui est l'emblème de sa ville natale : Béziers.



Objectifs DromaCity Occitanie :

- Promouvoir la connaissance des camélidés auprès du grand public d'Occitanie et plus particulièrement pour les habitants de la ville de Béziers pour qui le dromadaire est un animal totemique ancré dans la culture patrimoniale ;
- Animer des ateliers, des rencontres culturelles et/ou pédagogiques autour du dromadaire ;
- Participer à des événements nationaux ou internationaux autour du camélidé (salon, forum, festival, rencontre sportive ou culturelle, etc;)
- Eveiller une conscience éco-citoyenne par le biais de la découverte des qualités extraordinaires du dromadaire;
- Donner le goût de la pratique en club méhariste.





DROMACITY.ORG

NEWSLETTER MARS 2021

DROMACITY TUNISIE



La datté, fruit du palmier dattier, désigné aussi sous le nom de "arbre de vie", est une denrée importante dans l'alimentation de millions de gens pour sa succulence bien sur, mais également pour sa facilité de conservation et ses qualités énergétiques. Les populations sahariennes consomment régulièrement ce fruit qui peut être associé au lait de chamelle pour un plaisir plus grand encore.

Toutefois, lorsque les dattes sont moins au goût des humains parce que vieilles ou de moindre qualité, elles font toujours le bonheur des dromadaires qui s'en régèrent ! Energie garantie avant les compétitions !



N.: **3**
Mars 2021

DROMACITY TCHAD

Le Tchad est l'un des pays où la décoration du dromadaire reste primordiale. De plus, il porte tout l'attirail nécessaire à la vie nomade lorsque les chameliers sont en transhumance.



Mais lors des compétitions...plus rien ne reste même pas une selle ! Les tchadiens sont d'extraordinaires jockeys volants !



WWW.DROMACITY.ORG



DROMACITY.ORG

NEWSLETTER MARS 2021

DROMACITY DJANET SAHARA ALGERIE

DromaCity Algérie attend avec impatience une décision gouvernementale pour relancer ses activités culturelles et accueillir un public européen.

En effet, fermé depuis 1 an pour cause de crise sanitaire, ce pays n'a pas fait le choix de relancer l'économie touristique en favorisant le transport aérien et l'ouverture de ses frontières aux étrangers. Une perte financière et un isolement subi par tous nos collègues guides sahariens. Allez les gars, on regarde devant et on garde espoir pour la fin 2021 !



DROMACITY LEBJAWI MAURITANIE



Ce mois ci l'équipe de DromaCity Mauritanie a suivi de près l'aventure de notre ami **Thierry Ghabidine Tillet** qui a encore fois relevé le défi de mener à bien sa mission scientifique de recherches dans le Majabat al Koubrat, entre autre, ainsi que l'avait souhaité son ami, le Professeur Théodore MONOD.

Membre de la Société des Explorateurs, il a eu à ses cotés **Elodie Arrault** qui l'assistait pour la géolocalisation et la conduite du drone. Elle complétait l'équipe d'experts mauritaniens. Un simple aperçu de cette belle aventure que nous partagerons plus amplement avec vous sur une prochaine édition.





DROMACITY.ORG

NEWSLETTER MARS 2021

Personnalité du mois - Franck Doens *par Karine SAUZET*

Franck Doens d'où venez vous ?

J'ai grandi en banlieue parisienne en ville.

Quelles études avez vous faites ?

J'ai suivi des études et une activité professionnelle dans le domaine du génie climatique (secteur industriel, nucléaire, centre hospitalier, industrie pharmaceutique), je n'étais pas sensibilisé à la cause animale et à l'écologie, donc pas prédestiné à devenir un jour chamelier et fondateur d'une association écologique à l'aide de camélidés.

Votre 1ère rencontre avec des dromadaires ?

C'est à Djibouti, lors d'un déplacement en moto, sur une piste, que j'ai fait une rencontre inattendue avec un dromadaire sauvage. Quand celui-ci s'est emballé au son de ma machine avant de me couper la route Il m'a contraint de finir ma course contre le tronc d'un kéké (arbrisseau à épines). Le «bougre» m'a simplement regardé tandis que j'étais au sol, énervé tout en relevant ma moto, mais surtout craintif d'une attaque potentielle. Puis il m'a tourné le dos et a repris son chemin.... J'ai alors vu dans son regard une forme de compassion et d'impuissance à pouvoir m'aider. C'est là que j'ai compris que ces animaux étaient dotés d'une forte sensibilité. Plus tard, lors d'un trek dans la région de Dikhil, une caravane de sel guidée par des chameliers Afars très hospitaliers a détourné mon chemin. Je me suis rapidement retrouvé apprenti chamelier durant deux jours et ce, jusqu'à la frontière Ethiopienne. Ces moments partagés parmi ces hommes et ces dromadaires ont développé en moi l'envie de participer à la démystification et à l'acceptation en France de ces animaux «magiques» et vertueux. De retour en Ardèche en 2000, j'ai longuement cherché à trouver un lien entre cette région et l'animal, ce afin de monter un projet cohérent et correspondant à une éthique personnelle. Mais (à mon sens), cela ne pouvait pas coller dans cet environnement froid et montagnoux peuplé de chèvres et de vaches laitières. Aspiré aussi par un besoin de solidarité et de sortir du monde de l'industrie, le tsunami de l'océan Indien en 2004 a eu raison de moi. Je me suis alors engagé sur des missions d'urgences médicales en qualité de logisticien de la solidarité internationale durant une dizaine d'années puis, par la suite en qualité d'éducateur auprès des enfants de l'ASE. Toutes ses années le besoin de devenir chamelier continuait de me «gratter le cerveau». C'est alors que j'ai fait la découverte de l'histoire du dromadaire landais dont l'introduction dans le cadre du mécanisme agro pastorale par Antoine de Sauvage (aventurier, inventeur, maire d'Andernos) en 1827. Ce dernier utilisait le dromadaire pour le transport, les travaux agricoles et le débardage dans cette région appelée aussi : le petit Sahara. Etant amoureux et familier de cette partie de la France depuis ma petite enfance, mais aussi de la nature et sensibilisé à la gestion des déchets sur cette planète, j'ai enfin pu faire le lien entre le dromadaire et mes convictions personnelles. J'ai décidé de rejoindre l'aventure d'Antoine de Sauvage presque 200 ans après en adaptant une méhari dans le contexte actuel de dépollution des plages, en favorisant l'accompagnement dans la préparation des sols en agriculture biologique et faciliter l'acceptation et la valeur ajoutée du dromadaire auprès du grand public.



N.: 3

Mars 2021

WWW.DROMACITY.ORG



DROMACITY.ORG

NEWSLETTER MARS 2021

Comment s'est passé la rencontre, l'arrivée de Dino, votre relation et le travail ?

Dino était sur un site d'annonce à l'époque où j'étais prêt à faire l'acquisition d'un dromadaire, il avait 5 ans, il était en rut et s'appelait «Ahmed». Son maître était un agriculteur retraité et vivant en Charente. Il avait fait l'acquisition d'Ahmed auprès d'un cirque basé dans l'est de la France. L'animal était âgé à l'époque d'1 an. Son maître ne savait pas qu'il avait fait l'acquisition d'un Turkoman. Il ne l'avait pas éduqué ni enregistré. Lorsque je l'ai vu pour la première fois, il est arrivé en courant (car il à toujours été très curieux et proche de l'homme)... Il était sale, baveux, couvert de laine et très impressionnant. Je me rappelle avoir eu un moment de recul, car j'étais surpris par sa corpulence. Finalement, nous avons su entrer en relation et partager des moments d'affections C'est alors que j'ai compris que c'était avec lui que je voulais commencer cette vie de chamelier dans le cadre de notre projet écologique. Quelques jours plus tard, le temps de lui préparer une structure d'accueil adaptée à ses besoins, nous sommes retournés le chercher. Nous l'avons dans un premier temps renommé Camel, puis Dino, car c'est l'impression qu'il nous a faite à la première rencontre. De plus, l'histoire des Landes raconte que un siècle après la disparition du dernier dromadaire landais en 1863, on retrouva des ossements d'un camélidé vers Parentis-en-Born, les archéologues ont crut alors exhumer un dinosaure. Dino à très rapidement prit ses marques dans cet environnement de sable et de forêt auxquels il s'est bien acclimaté. L'affection et de soins quotidiens ont fait le reste. Nous avons tout de même fait appel à Coralie Le Meur afin de l'examiner, de vérifier ses capacités d'apprentissage, de le débourrer à divers exercices indispensables et à nous instruire sur les bonnes conditions de détention, d'éducation, et de mise en sécurité, pour éviter tout incident. C'était aussi une première pour elle qui n'avait jamais travaillé sur un Turkoman en rut.

Quelle place prend Dino dans votre votre vie actuelle ?

Durant 4 années, il a toujours été seul dans un pré de 5 000 m2. Afin de rattraper ses carences éducatives, affectives et rééquilibrer son alimentation (élevé au maïs et à la betterave), il est indispensable d'avoir un suivi quotidien et un contact permanent avec lui. Il est très connu dans la région et très apprécié du grand public. Dino fait partie intégrante de la famille.





DROMACITY.ORG

NEWSLETTER MARS 2021

Comment est née l'association ?

C'est ainsi, qu'il y a trois ans, après un trek exploratoire d'une centaine de kilomètres, reliant deux zones environnementales protégées (Courant d'Huchet - Dune du Pilat) le long de la côte d'argent, que l'association Camel'Idées de l'Atlantique, encouragée par des passionnés de plages et d'océan a vu le jour accompagnée de Dino, notre Turkoman aux couleurs sable des dunes.

Le rôle de Dino dans l'association ?

C'est le dromadaire qui traque les déchets dans les dunes des Landes. En 2019, les photos de vacances landaises prennent une note plus exotique en croisant Dino le camélidé qui arpente les Landes pour dépolluer les plages. Des dromadaires dans les Landes, c'est original mais pas inédit. « Dès 1827, Antoine Sauvage, un explorateur du coin, avait fait venir des dromadaires d'Égypte pour promener les visiteurs », raconte Franck Doens, ancien humanitaire, passionné par les camélidés depuis qu'il a suivi une caravane de sel. « Ils ne boivent que vingt litres par jour et sont très intelligents. Cette vache du désert, c'est l'avenir ! » En les réintroduisant aujourd'hui, l'association Camel'Idées de l'Atlantique qu'il a créée a un autre projet : celui de nettoyer à leur côté le littoral landais, où s'échouent chaque année 13 500 m³ de déchets, car ils sont de bons alliés sur la plage. « Leur poids est réparti grâce à leurs larges pattes qui ne s'enfoncent pas dans le sable et ils peuvent accéder à des zones fragiles comme le pied de dune. Les plagistes en profitent pour caresser l'animal. « Cette bande de cinq mètres est trop sensible pour être nettoyée mécaniquement. Résultat, elle est souvent plus sale que le reste de la plage », ajoute Frédérique Lémont, directrice de l'environnement au conseil départemental des Landes. « Le tri manuel permet aussi de laisser sur place les bouts de bois, les algues et de vider les déchets de leur sable, pour préserver la dune. » Dino est le premier animal d'une caravane qui se veut aussi écologique que ludique. Franck Doens a lancé une cagnotte participative sur Helloasso pour financer l'achat des autres camélidés. En quelques minutes, les plagistes qui apportent des déchets glanés en profitent pour caresser le doux pelage de l'animal et poser des questions. Dino, sans le savoir, est devenu un animateur écolo.

Envisagez vous d'avoir d'autres camélidés ?

Dans un futur très proche, Dino devra avoir un compagnon, car c'est un animal grégaire Notre structure pourra prochainement être adaptée à l'accueil d'un deuxième dromadaire. Ayant toujours été seul Dino montre des signes de crainte face à un poney ou un âne. Le projet de notre association prévoit un groupe de trois à quatre dromadaires.



Facebook : Franck Doens
Camel'Idées de l'Atlantique
Mail : contact@camel-idees.fr
Instagram : [camelideesdelatlantique](https://www.instagram.com/camelideesdelatlantique)



DROMACITY.ORG

NEWSLETTER MARS 2021

BERNARD FAYE, VETERINAIRE ET EXPERT EN CAMELIDES



Bernard FAYE, le français qui fait tourner la tête des belles chamelles.

Pionnier dans l'expertise des qualités du lait, il va s'intéresser aux dromadaires dès 1975 lors de son voyage en Ethiopie

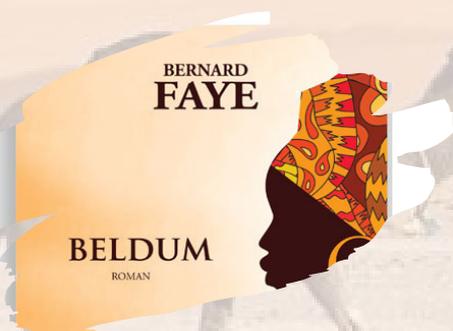
Détaché au CIRAD (Centre de Coopération International en Recherche agronomique pour le développement) comme chef du programme Productions animales, en 1996, il va multiplier les missions de recherches dans de nombreux pays.

Docteur vétérinaire, expert junior Ministère de l'Agriculture (Ethiopie), Conseiller technique élevage (Niger), Chercheur nutritionniste (Ethiopie), Ingénieur de recherches en écopathologie (INRA, France), chef de programme Productions animales (CIRAD, France), chargé de projet scientifique (CIRAD, France), consultant FAO (Arabie Saoudite), c'est l'un des plus grands experts mondiaux dans le domaine des camélidés et un éternel passeur de savoirs.

Son expérience professionnelle et ses nombreux voyages l'amèneront à rédiger plusieurs ouvrages scientifiques, ethnologiques mais également à écrire des romans dont le dernier '*Beldum*', qui se déroule au Niger dans les années 70, retrace les difficultés rencontrées par les deux héroïnes.

« la patience de la fumée, apprendra le bonheur de la flamme »

A lire sans attendre !



N.: **3**
Mars 2021

WWW.DROMACITY.ORG



DROMACITY.ORG

NEWSLETTER MARS 2021

CUISINE: RECETTES AU LAIT DE CHAMELLE



Salade de concombre au lait de chamelle :

Temps de préparation : 10 min

Portions : 4 Personnes

Equipement : 1 économe, 1 planche à découper, 1 éminceur, 1 saladier,

Ingrédients : 2 concombres, 20 g. lait de chamelle en poudre, 10 cl huile d'olive, 1/2 Pièce citron frais, 3 feuilles basilic frais, 4 pincées sel, 2 pincées poivre.

Instructions : nettoyez et pelez les concombres. Découpez les en fines lamelles régulières avec l'éminceur. Mettre dans le saladier et salez pour faire dégorger. Mélangez et réservez 10 min. Lavez les feuilles de basilic et les émincer. Ajoutez le lait de chamelle en poudre, mélangez puis l'huile d'olive, et les feuilles de basilic. Mélangez. Poivrez et mettez le tout dans le saladier. Dégustez.

RECETTE ORIGINALE

WWW.CAMEL-IDEE.COM

Poulet blanc au lait de chamelle et citron :

Temps de préparation: 10 min.

Temps de cuisson : 20 min.

Portions: 6 Personnes.

Equipement : 1 saladier, 1 râpe à zest, 1 plat à cuisson.

Ingrédients : 6 escalopes de poulet, 20 g. lait de chamelle en poudre, 50 cl eau, 1 c citron vert, 1 branche coriandre fraîche, 2-3 pincées sel et de poivre.

Instructions : À préparer une heure avant la cuisson. Mettez le lait de chamelle dans le saladier.

Ajoutez en fouettant délicatement progressivement les 50 cl d'eau. Râpez le zest du citron dans le saladier. Débitez les escalopes de poulet en dés réguliers (env. 3 cm) et les mettre dans le saladier. Salez et poivrez. Couvrez et réservez 1 heure au frais.

Cuisson : Préchauffez le four à 180 °C. Mettez le contenu du saladier dans un plat puis à four chaud pendant une quinzaine de minutes. Pendant ce temps pressez le citron A la sortie du four ajoutez le jus de citron sur le poulet et la coriandre fraîches lavée et grossièrement émincée.

Accompagnez de légumes de saison.

À déguster bien chaud

RECETTE ORIGINALE

WWW.CAMEL-IDEE.COM

Cannelés au lait de chamelle :

Temps de préparation : 30 min.

Temps de cuisson : 1 h 10 min.

Portions : 6 personnes.

Equipement : 1 casserole, 1 saladier, 1 fouet, moules à cannelés.

Ingrédients : 50 cl lait de chamelle liquide, 4 œufs, 100 g. farine, 50 g. beurre; 250 g sucre en poudre, 4 cl rhum ambré, 1 gousse de vanille.

Instructions : mettre le lait et le beurre dans la casserole à feu doux jusqu'à ébullition, coupez la gousse de vanille en 2 et l'ajouter. Retirez la gousse de vanille avec un couteau, récupérez les grains et les ajouter dans le lait. Dans le saladier mettre la farine en puit, ajouter 2 œufs entiers, 2 jaunes et le sucre. Mélanger avec le fouet et ajouter le lait bouillant, fouetter de nouveau, ajouter le rhum. Laisser refroidir à température ambiante puis 1 heure au frais. Beurrer les moules a cannelés (s'ils sont en cuivre). Ajouter la préparation dans les moules et remplir à moitié. Préchauffer le four à 250°C.. Enfournier les moules pendant 5 minutes puis mettre le four à 150°C. pendant 1 heure. Démouler les cannelés à chaud.

RECETTE ORIGINALE

WWW.CAMEL-IDEE.COM



DROMACITY.ORG

NEWSLETTER MARS 2021

BEAUTE : Savon de rasage au lait de chamelle avec son blaireau - Source Camel-idée

Grâce au lait de chamelle ce savon permettra d'hydrater au mieux votre peau et d'assurer un rasage tout en douceur. Ce kit comprend un savon à raser au lait de chamelle (80g) + 1 boîte en métal + 1 blaireau de 8 cm de hauteur

Fabriqué en France traditionnellement et à la main, la base de ce savon végétal est réalisée selon la recette du savon de Marseille, c'est à dire à partir d'huile d'olive et d'huile de coco. Naturel et sans produits chimiques, il est enrichi de 10% de lait de chamelle que nous avons sélectionné avec la plus grande attention. Le lait de chamelle présente une teneur élevée en minéraux et en vitamines : C, A, B1, B2 et B12.

Il contient :

- de la LANOLINE qui favorise l'hydratation de la peau
- de la VITAMINE C qui lui confère des vertus anti oxydantes
- de la VITAMINE B lui donnant un effet protecteur contre les rayons UV
- des ACIDES AMINES formant une barrière antimicrobienne efficace
- des PROPRIÉTÉS ANTI INFLAMMATOIRES pour soulager les effets de l' ECZÉMA



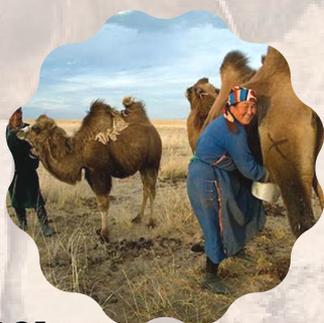
MONGOLIE: LAIT DE CHAMELLE

Les touristes visitant la Mongolie vont boire du thé au lait et goûter aux produits laitiers. En effet, ceux ci, avec la viande sont les ingrédients irremplaçables de l'alimentation mongole. Le lait frais est l'un des produits qui contient les vitamines et les nutriments essentiels pour le corps humain pour sa haute valeur médicale mais également considéré comme un outil rituel majeur car il n'y a pas de cérémonie sans lait. Le lait est considéré comme sacré, et quelqu'un qui parcourt une longue distance se voit offrir du lait par l'hôte qui l'accueille. En Mongolie, le lait du bétail renforce le corps, et guérit les maladies chroniques. Sur ces terres rudes, on pratique l'élevage de six espèces de bétail : chameau, cheval, vache, yack, chèvre et enfin mouton, que les éleveurs appellent les /tavan khoshuu/. Le lait de chamelle est tout particulièrement apprécié car selon la croyance mongole, il aide à détoxifier les radiations, à stimuler la régénération cellulaire et à expulser l'humidité et l'œdème. Le lait de chamelle contient beaucoup de calcium et de phosphore et le corps humain est capable d'absorber ces éléments. Le lait de chamelle a la capacité de rester frais pendant une période relativement longue par rapport à d'autres laits de bétails. C'est probablement la raison pour laquelle il est le plus approprié dans le désert de Gobi. Le lait reste donc une matière première importante pour ces populations nomades.

Avec lui on fabrique :

- Fromage frais /blanc/caillé /aarts/ On laisse bouillir du yaourt ou de l'airag, puis on égoutte le petit lait pour obtenir du fromage blanc. Il contient 200-300 kcal de calories.
- Fromage frais séché /aaruu/ - On confectionne du fromage frais soit à la main ou dans un moule. On peut aussi le découper avec du fil en des formes diverses. Et puis on fait sécher des morceaux. Le goût reste inchangé. On dispose les morceaux sur une planche de bois puis on les fait sécher sur le toit de la yourte.
- Koumiss /airag/ Lait de la jument fermenté. Le lait de jument ou de chamelle fermente à l'aide de la levure d'airag de la saison précédente. Toutes les vitamines contenues dans cette boisson sert à améliorer le système immunitaire de l'organisme et à soulager la fatigue.
- Fromage cuit /byaslag/. On fait chauffer du lait cru ou du lait bouilli en ajoutant progressivement du yaourt ou du petit lait tout en remuant. On obtient de la caillebotte que l'on recueille et égoutte dans un grand torchon carré, pressé entre des pierres plates.
- Crème de lait /zööhii/ - la crème est recueillie traditionnellement à la cuillère sur du lait bouilli et laissé au repos. On appelle ainsi la peau fine de lait.
- Boisson alcoolisée /nermel/ de 8-10 degrés faite à base de lait de chamelle. Pour améliorer la saveur et la qualité de boisson, on la mélange avec de l'alcool fait à base d'autres laits et on le redistille. On appelle cette boisson redistillée. Arz redistillé s'appelle arz, arz redistillé xorz, et puis le xorz redistillé s'appelle xor arxi soit /poison-alcool/.
- Peau de lait /öröm/- juste après avoir fait bouillir le lait on réduit le feu et l'on forme de la mousse épaisse et abondante au-dessus à l'aide de grandes louchées répétées. On le laisse refroidir et le lendemain on détache cette peau de lait que l'on replie comme une omelette, côté crémeux à l'intérieur.
- Yaourt /tarag/. Lait caillé par un ferment : le lait fermenté donne une sorte de substance blanche. On fond de la peau de lait et de la crème de lait et puis on y ajoute des miettes de fromage de caillebotte /eezgii/ et de fromage blanc caillé, séché. On le fait bouillir. Si vous venez en Mongolie pour voyager, vous serez accueilli avec ce merveilleux lait et produit laitier riche en vitamines.

Source: /www.ecovoyagemongolie.com





DROMACITY.ORG

NEWSLETTER MARS 2021

ENTRAINEMENTS



C'est dès le plus jeune âge que les petits jockeys veulent suivre les plus grand.
Ali 3 ans monte déjà depuis 6 mois et ne laisse sa place à personne.
Nous parions que ce jeune jockey tunisien fera merveille dès qu'il sera autorisé à concourir.



COURSES



Pas de compétition en ce moment pour cause de Covid et de frontières fermées entre les pays du Maghreb ... on attend avec impatience la reprise des marathons ou semi marathons pour tester nos équipes.





DROMACITY.ORG
NEWSLETTER MARS 2021



Dromacitez-vous bien

N.: **3**
Mars 2021

WWW.DROMACITY.ORG