

# L'Automne en Baie de Quiberon Carnac :

## À la croisée des traditions et des saveurs du terroir

L'automne, une saison où la nature se pare de ses plus belles couleurs et où l'air vif invite à l'exploration. La Baie de Quiberon - Carnac dévoile alors ses plus beaux atouts : des paysages saisissants, une atmosphère chaleureuse et reconfortante, où l'on se sent un peu comme enveloppé dans un plaid douillet. Sortez vos bottes, ouvrez vos papilles : **voici le top 5 des incontournables pour profiter à fond de la destination cet automne.**



### LES OREILLERS EN COSSES DE SARRASIN : C'EST DE SAISON !

À ce moment de l'année où le sommeil devient essentiel, il est temps de dire adieu aux oreillers qui perdent leur forme au bout de trois nuits. Créés avec amour par Hélène Robert de la fabrique artisanale Fleur de Sarrasin à Quiberon, **les oreillers en cosses de sarrasin BIO et local**, sont le summum du cocooning breton. Respirants, bio et hypoallergéniques, ces oreillers sont parfaits pour profiter d'une nuit récupératrice après une journée à explorer les merveilles de la région. L'artisane calibre soigneusement les cosses, revalorisant ainsi un déchet de la production de farine. Et ce qu'elle n'utilise pas est transformé en paillis. Le petit plus : ces oreillers soulagent les douleurs cervicales, lombaires, musculaires ou tendineuses. Dormir n'a jamais été aussi stylé... ni aussi local.

Informations pratiques : Les coussins naturels sont disponibles en ligne et en boutique / Tarif : à partir de 20€

📍 [En savoir plus sur la fabrique Fleur de Sarrasin](#)

### Le BON GOÛT ÇA CONSERVE !

Il fait froid, le vent souffle, et tout ce dont on a envie, c'est de se réchauffer avec un bon plat gourmand, voire régressif. La célèbre conserverie la Belle Iloise propose pour la saison sa recette comfort food, « **la soupe à l'oignon du pêcheur** » : une soupe à l'oignon agrémentée d'une de ses fameuses conserves, le tout en 30 minutes chrono :

Étape 1 : Faire revenir 1/2 oignon coupé assez finement dans 1 noix de beurre.

Étape 2 : Ajouter 1 verre d'eau et faire cuire environ 15 min.

Étape 3 : Pendant ce temps, répartir du fromage râpé sur des tranches de pain et faire gratiner.

Étape 4 : Verser le contenu de la boîte de la soupe « **Godaille du pêcheur** » de la Belle Iloise sur les oignons et continuer la cuisson quelques minutes.

Étape 5 : Servir chaud accompagné des croutons.

Le détail de la recette est à retrouver [en cliquant ici](#).  
[www.labelleiloise.fr](http://www.labelleiloise.fr)





## Les MEGALITHES DE CARNAC, UN HÉRITAGE MYSTIQUE

Ces géants de pierre sont encore plus impressionnants sous la lumière dorée de l'automne, entourés de brume matinale. Entre balade historique et promenade contemplative, les alignements de Carnac sont le spot parfait pour des selfies... préhistoriques. En attendant la réponse de l'UNESCO visant à inscrire les Mégalithes du Sud Morbihan au Patrimoine Mondial prévue pour l'été 2025, **les alignements sont accessibles en visite libre d'octobre à mars**. Ce qui fait de l'automne la saison idéale pour les (re)découvrir !

Infos pratiques : Les visites guidées se font uniquement sur réservation en ligne.  
Tarifs : 13€/adulte - 6€ pour les enfants de 7 à 17 ans - Gratuit pour les plus petits

[www.menhirs-carnac.fr](http://www.menhirs-carnac.fr)



© Alexandre Lamoureux

## DES POMMES, DU JUS ET DU BONHEUR EN BOUTEILLE

À l'automne, les pommes sont reines et à la cidrerie Maho, elles sont carrément VIP ! C'est la saison idéale pour découvrir le secret du cidre breton, ce nectar doré qui, avouons-le, rend le mauvais temps chaleureux. Leur cidrerie produit un cidre fermier, fruité en bouche comme l'aimaient déjà leurs aïeux. Réalisée avec différentes variétés de pommes locales, la gamme s'étend du brut au demi-sec. Ils produisent notamment le cidre Guillevic (spécialité du Pays d'Auray), réalisé avec des pommes du même nom, boisson typique de la région. Et bien sûr le chouchou, spécialité bretonne s'il en est. **Du cidre pour les grands, du jus de pommes pour les plus petits, on trinque à l'automne après une visite de l'exploitation.**

Infos pratiques : Visite de l'exploitation sur rendez-vous les mercredis et samedi après-midi

Tarifs : 8€/adulte - Gratuit pour les enfants

 [En savoir plus](#)



## UN AUTOMNE AUTREMENT :

### LE PAYS D'AURAY EN FÊTE

On change de décor avec la 20<sup>e</sup> édition de l'événement « Un automne autrement ». Loin des foules estivales, la destination se réinvente avec un programme riche et varié : balades littorales, parcours immersifs, découvertes de producteurs locaux, comédies musicales, ou encore ateliers créatifs qui plairont aux grands comme aux plus petits. Les soirées quant à elles, se prolongent avec des concerts intimistes et des ateliers de littérature celtique. Ici, les paysages se métamorphosent, mais les traditions et la convivialité restent toujours au rendez-vous !

Infos pratiques : Des animations sont disponibles tous les jours jusqu'au 10 novembre.

 [Retrouvez le détail de la programmation en cliquant ici.](#)