

# Saveurs de SAISON

en NOUVELLE-AQUITAINE

Lolo le beurre



Marthe la tomate



Camille le melon



Cyril le cabécou



Aglée l'huître  
Marennes Oléron



# C'est quoi la Nouvelle-Aquitaine ?

La Nouvelle-Aquitaine est l'une des 13 régions françaises. Avec 12 départements, il s'agit de **la plus vaste des régions françaises en superficie** (elle est même plus étendue que 15 pays de l'Union Européenne). Pour avoir une idée, la Nouvelle-Aquitaine est aussi grande que l'Autriche.



Elle offre à ses habitants (que l'on appelle « néo-aquitains ») et à ses visiteurs un paysage **entre mer, montagne et campagne**. C'est en partie grâce à ces différents paysages, mais aussi à l'histoire et aux traditions, que cette région possède beaucoup de produits savoureux, qu'on ne trouve qu'en Nouvelle-Aquitaine.

D'ailleurs, il s'agit de la région qui a le plus de produits sous "labels", appelés **Signe d'Identification de la Qualité et de l'Origine** (ou SIQO pour les intimes). Ces "labels" garantissent aux produits non seulement une origine, c'est-à-dire leur provenance d'ici mais aussi la manière dont on les fabrique, pour qu'ils aient du goût.



**Fruits, légumes, fromages, viandes, produits de la mer, condiments, beurre...**

La carte à côté présente quelques-uns des **300 produits avec ces labels**.

Les pages qui suivent sont une invitation à découvrir les saveurs & produits de Nouvelle-Aquitaine au fil des saisons.

**Bonne découverte !**

- 6 millions d'habitants  
- 84 100 km<sup>2</sup>

Source : Insee





## Qui suis-je ?

Trouve l'animal, le légume ou le fruit qui font le **printemps en Nouvelle-Aquitaine**, grâce à quelques indices.

### ASTUCE

La carte page 2 peut t'aider !

Très connue à Itxassou au Pays basque, je suis petite, ronde et rouge. Fruit tendre, doux et sucré, on me dévore surtout en mai et juin. Qui suis-je ?

1

J'ai des yeux et les enfants m'adorent en purée, en frites, rissolée, en gratin. En Nouvelle-Aquitaine, on me trouve du côté d'Eysines en Gironde et sur l'île de Ré. Qui suis-je ?

2

Légume long et fin, je suis blanche et je pointe le bout de mon nez au printemps. Je peux être des Landes ou du Blayais. Mais dans les 2 cas, j'arbore le macaron bleu et jaune d'une IGP (Indication géographique protégée). Qui suis-je ?

3

On me dessine tout le temps en rose alors que je peux aussi être noir. Kintoa, du Limousin, du Sud-Ouest ou Cul Noir Limousin, il paraît que chez moi, tout est bon. Qui suis-je ?

4

Des Pyrénées, du Poitou-Charentes, du Limousin, du Périgord, j'ai quatre pattes et je bêle. Je dors dans la bergerie avec ma maman, la brebis. Qui suis-je ?

5



Pour 4 personnes

PRINTEMPS

4

# Recette de brioche « pain perdu » aux fraises



Recette fournie par l'AIFLG. Retrouvez plein d'autres idées de recettes sur : [fraislabelrouge.fr](http://fraislabelrouge.fr)

- 4 tranches de brioche rassies
- 150 g de fraise
- 3 œufs
- 20 cl de lait
- 50 g de sucre cassonade
- 100 g de beurre
- Un trait de rhum (facultatif)
- Éclats de pistache
- 30 cl de crème à 35 % MG
- très froide
- 15 g de sucre Vanille

## Préparation de la brioche façon « pain perdu »

1. Bats les œufs avec le lait et ajoute un peu de rhum si tu le souhaites.
2. Trempe généreusement les tranches de brioche dans ce mélange.
3. Dans une poêle antiadhésive, chauffe le beurre avec le sucre. Laisse caraméliser légèrement.
4. Ajoute les tranches de brioche imbibées et colore les deux faces. Égoutte sur du papier absorbant.

## Préparation des fraises

5. Équeute les fraises et émince en fines tranches. Recouvre les brioches avec et parsème d'éclats de pistaches.

## Préparation de la crème montée

6. À l'aide d'un robot, monte la crème en y incorporant le sucre vanillé.

## Finition et présentation

7. Dans une assiette, dispose les tranches de brioche recouvertes de fraises, ajoute une quenelle de crème vanillée.
8. Sers le tout avec un coulis de fraise.



# Intrus

Démasque parmi tous ces produits qu'on déguste l'été, le seul qui n'est pas de Nouvelle-Aquitaine.

**ASTUCE**

La carte page 2 peut t'aider !



# À toi de relier

Relie le nom du fromage à sa photo.  
En Nouvelle-Aquitaine, de nombreux et très différents fromages se dégustent **toute l'année**.

**ASTUCE**

La carte page 2 peut t'aider !

Mothais sur  
feuille 

Chabichou  
du Poitou 

Ossau-Iraty 

Cabécou du  
Périgord

Tomme des  
Pyrénées 

Feuille de  
Limousin

•

•

•

•

•

•

1

2

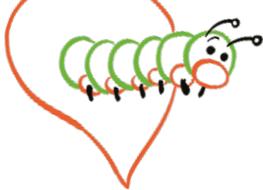
3

4

5

6





# Rébus

Découvre quels produits se cachent derrière plusieurs images. **Petit conseil :** c'est plus facile à haute voix ;-)

**Astuce**

La carte page 2 peut t'aider !

①



.....

②



.....

③



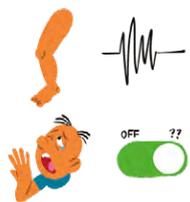
.....

④



.....

⑤



.....



Pour 2 personnes

AUTOMNE

8

# Recette de cordon bleu poulet chorizo



Recette fournie par Qualité Landes. Retrouvez plein d'autres idées de recettes sur : [recetteslandes.com](https://recetteslandes.com)

- 2 filets de poulet fermier des Landes IGP / Label Rouge
- 8 tranches de chorizo
- 1 bouquet de persil plat
- 100 grammes d'Ossau-Iraty AOP
- 2 œufs
- Farine
- Corn flakes

## Préparation des filets de poulet

1. Ouvre les filets de poulet en deux.
2. Place les entre deux feuilles de papier sulfurisé.
3. Tape pour aplatir les filets.
4. Sale et poivre l'intérieur des filets.
5. Cisèle le persil et parsème-le dessus.
6. Dépose les tranches de chorizo.
7. Taille un morceau d'Ossau-Iraty et dépose-le au centre du cordon bleu.
8. Referme le cordon bleu dans la farine, l'œuf battu et les corn flakes préalablement écrasés.
9. Fais chauffer un peu d'huile dans une poêle à feu moyen et fais-y frire les cordons bleus 6 minutes de chaque côté. Les cordons bleus doivent être bien dorés !





## Mots codés

Déchiffre le message en remplaçant chaque chiffre par la lettre correcte. Pour cela, il suffit de remplir le nom de chaque produit en photo pour trouver à quel chiffre correspond une lettre, puis de reporter le résultat pour découvrir le message codé.

### ASTUCE

La carte photo 2 peut t'aider !



① \_\_\_\_\_ de l'Adour  
1 2 3 4 5 6



③ \_\_\_\_\_ du Sud-Ouest  
12 5 9 7 15 11 2 1

② \_\_\_\_\_ Marennes Oléron  
8 3 9 10 11 7 1



④ \_\_\_\_\_ aux marrons   
13 3 14 8 7



Message codé :

\_\_\_\_\_

13

5

6

6

7

1

12

7

10

7

1

# Labyrinthe

Récolte sur ton chemin tous ces ingrédients, qu'on retrouve tout au long de l'année. Ce sont des indispensables pour réaliser des recettes savoureuses. Ils te mèneront à la sortie.



Sel de l'île  
de Ré



Merlin

Lolo

Beurre Charentes-  
Poitou



Piment d'Espelette



Patxi

Miel de  
Nouvelle-Aquitaine

Miren



Printemps



Asperge des Landes



Printemps

Fraise



Printemps



Pomme de terre de l'île de Ré



Été



Cerise d'Itxassou

Été



Melon du Haut-Poitou



Été

Tomate



Automne



Marron



Automne



Pomme du Limousin



Hiver



Kiwi de l'Adour



Toute l'année



Noix du Périgord



Toute l'année



Pruneau d'Agen





Agneau du Poitou-Charentes 



Porc du Sud-Ouest 



Porc Kintoa



Limousine 



Agneau de lait des Pyrénées  



Boeuf blond d'Aquitaine 



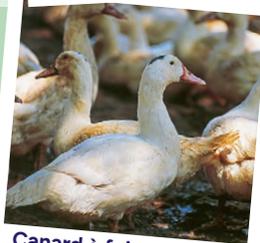
Boeuf de Bazas 



Porc cul noir Limousin



Parthenaise 



Canard à foie gras du Sud-Ouest 



Volaille fermière des Landes  

Printemps



Été

Maigre

Printemps



Été

Merlu



Été

Moules de filières



Huître Arcachon-  
Cap Ferret



Bar



Huître Marennes-  
Oléron





Beurre Charentes-Poitou



Cabécou du Périgord



Chabichou du Poitou



Feuille du Limousin



Tomme des Pyrénées



Mothais sur feuille



Ossau-Iraty



Piment d'Espelette



Miel de Nouvelle-Aquitaine



Sel de l'Île de Ré & Fleur de sel de l'Île de Ré



Huile de noix du Périgord



Envie d'en savoir plus et de découvrir d'autres produits, d'autres recettes ?!

Rendez-vous sur



Asma  
l'asperge

Les solutions des jeux :

**Printemps / Qui suis-je ? 3** - Asperges, 5 - Agneau, 1 - Cerise, 4 - Porc/Cochon, 2 - Pommes de terre

**Été / Intrus** Banane de Guadeloupe-Martinique

**Fromages / Relier** Mothais sur feuille (3), Chabichou du Poitou (4), Ossau-Iraty (6), Cabécou du Périgord (2), Tomme des Pyrénées (1), Feuille du Limousin (5)

**Automne / Rébus** Marron du Périgord-Limousin, Noix du Périgord, Crevettes des marais charentais, Pomme du Limousin, Jambon de Bayonne.

**Hiver / Mots codés** Bonnes fêtes

Félix la  
fraise

A.A.N.A.  
AGENCE DE L'ALIMENTATION  
NOUVELLE-AQUITAINE



Nathalie  
le pruneau

produits-de-nouvelle-aquitaine.fr



LE TRI  
+ FACILE

