**LES PRODUITS DE SAISON DU MOIS DE MAI**



*Les aliments de saison peuvent varier d’une région à l’autre (climat, sols).Dans nos listes, il y a des produits de début, de pleine et de fin de saison. Ces listes sont indicatives, non exhaustives.*

***Exigez l’affichage de l’origine du produit sur le point de vente. Posez des questions.***

**LES LEGUMES LES POISSONS ET CRUSTACES**

|  |  |
| --- | --- |
| Légumes aromatiques : Aneth. Basilic. Cerfeuil. Ciboule. Ciboulette. Coriandre. Mélisse. Menthe. Mizuna. Moutarde. Oignons blancs et violets. Oseille. Persil. Roquette.  Feuilles et tiges : Artichaut. Asperge. Batavia. Brocolis nouveaux. Celtuce. Chou et chou-fleur nouveau. Chou-rave. Feuilles de chêne. Fèves. Frisée fine. Haricots verts et mangetout. Laitue. Poireau nouveau. Poirée nouvelle. Petits pois. Pois gourmand. Romaine. Rougette. Sucrine.  Légumes racines (nouveaux): Betterave. Carotte. Navet. Radis (rose, rouge, noir, blanc).  Légumes fruits :  Concombre. Courgette. Tomate. | Poissons :  Alose. Anchois. Baudroie (lotte). Barbue. Cabillaud. Daurade royale et grise. Hareng. Lieu jaune et noir. Maigre. Maquereau. Merlu (ligne et chalut). Raie (bouclée et lisse). Saint Pierre. Sardine. Saumon sauvage Adour. Sole. Truite Adour. Turbot.  Crustacés:  Araignée. Crevettes. Homard breton. Langoustine. Tourteau. |

**LES FRUITS LES VIANDES ET VOLAILLES**

|  |  |
| --- | --- |
| Cerises. Fraises. Framboises. Rhubarbe. | Viandes :  Agneau. Bœuf. Mouton. Veau de lait.  Volailles:  Canard. Lapin. Pigeonneau. Pintade. Poularde. Poulet. |

**LES FROMAGES**

|  |
| --- |
| Tous les fromages frais  Pâtes molles à croûte fleurie : Camembert. Coulommiers. Neufchâtel. Saint Marcellin.  Pâtes pressées cuites : Beaufort. Emmental.  Pâtes pressées non cuites : Cantal. Mimolette. Morbier. Reblochon. Saint Nectaire.  Pâtes molles à croûte lavée : Epoisses. Maroilles.  Pâtes persillées : Roquefort  Fromages de chèvre : Crottin de Chavignol. Pouligny Saint Pierre. Sainte Maure de Touraine. Selles sur Cher. Valençay. Etc…  Fromages de brebis : Brocciu. |

*Merci aux Producteurs Artisans de Qualité du Collège Culinaire de France*

*qui nous ont permis de valider ces choix de produits.*