**LES PRODUITS DE SAISON DU MOIS DE SEPTEMBRE**



Septembre, dernier mois de l’été, il démarre l’automne le 23 du mois. C’est le mois des vendanges. Et aussi des champignons des bois à cuisiner en poêlées à la persillade !

Ce sont les derniers fruits rouges. Et la période des tartes aux pommes, aux poires, aux prunes.

Sans oublier un plateau de fromages très variés à présenter avec des noix fraiches et du raisin.

*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.*

**LES LEGUMES LES FRUITS**

|  |  |
| --- | --- |
| Artichaut - Aubergine - Betterave - Blette Brocoli - Cardon - Carotte - Céleri -Champignons\*- Choux - Chou-fleur - Concombre - Courges (Potimarron, Potiron, …) Courgette - Cresson - Epinard - Fenouil - Haricot vert - Oignon - Oseille - Maïs - Panais - Pâtisson Poireau - Poivron - Pommes de terre - Radis Rhubarbe - Salades (Feuille de chêne, Laitue, Roquette) - Tomates  \*Cèpes, Girolles, Lactaires, Pieds de mouton, Rosée des prés, Trompettes de la mort | Amandes - Citron - Coing - Figue - Fruits rouges (Cassis, framboises, groseilles, mûres, myrtilles) Mirabelle - Noisettes - Noix - Pastèque - Poire Pomme - Prune rouge - Pruneau - Quetsche - Raisin - Reine Claude |

**LES POISSONS ET CRUSTACES LES VIANDES**

|  |  |
| --- | --- |
| Anchois - Barbue - Baudroie (lotte) - Bonite Calmar - Carpe - Daurade - Eglefin - Grondin rouge - Limande sole - Lieu noir - Lingue Maquereau - Merlu - Perche - Plie - Raie Rouget - Roussette - Sardine - Saint Pierre Tacaud - Thon blanc - Thon rouge - Truite  Huitres - Langoustines - Moules - Praires Tourteaux | Agneau moutonnet - Bœuf - Caille - Canard - Lapin - Pigeon - Pintade - Porc - Poule  RÃ©sultat de recherche d'images pour "CAILLE VIANDE" |

**LES FROMAGES**

|  |
| --- |
| Abondance - Beaufort - Bleus (de Bresse, des Causses)    Bries (de Meaux, de Melun) - Brillat Savarin-Cantal - Chaource  Chèvres (Picodon, Pouligny Saint Pierre, Rocamadour…) Comté – Emmenthal - Epoisses - Fourme d’Ambert - Gruyère Livarot - Mimolette - Morbier - Munster - Saint Nectaire Parmesan - Pont l’évêque - Reblochon - Salers - Saint Félicien Tommes - Vacherin |

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

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