

Les produits locaux, à consommer sans modération

Des ingrédients issus de circuits courts et de qualité, une dose d'engagement, une pincée de saisonnalité = la recette gagnante pleine de saveurs !

3 bonnes raisons de consommer auprès des producteurs ardéchois :

- 1 Je soutiens l'activité économique des producteurs du territoire.
- 2 Je limite mon impact écologique grâce aux circuits courts !
- 3 Je me fais plaisir en savourant des produits de qualité !

Ouvrez grand les papilles avec ces 4 spécialités ardéchoises :

- 1 La Caillette : charcuterie à base de légumes verts (blettes ou choux).
- 2 La Bombine : plat à base de pommes de terre et de viande.
- 3 La Maôche : spécialité charcutière farcie au chou.
- 4 Le Pisadou : pâtisserie à la châtaigne et aux amandes.

En Ardèche

10 AOP®, 21 IGP®, 8 Label Rouge®

De nombreux produits AOP de qualité alimentent vos assiettes : Châtaigne d'Ardèche, Picodon, Fin Gras du Mézenc...

Mais aussi des vins : Côtes du Vivarais AOP, Côtes du Rhône AOP et Vins IGP Ardèche.

Nos bonnes adresses pour consommer local :

- ✓ Je m'attable dans les restaurants qui me garantissent une offre culinaire ardéchoise : par exemple, les établissements « Goûtez l'Ardèche » et les « Bistrot de Pays » ardéchois.
- ✓ Je passe la porte des petits commerces et boutiques des producteurs du coin et je les laisse me guider dans la sélection de produits frais et de qualité.
- ✓ Je déambule sur les traditionnels marchés hebdomadaires.



75%

des Français consomment des tomates en hiver

C'est 4 fois plus de CO₂ qu'une tomate produite en été... et ça manque de saveur ! (Source : Ademe)

★ Que signifient AOP et IGP ?

RÉPONSE :

AOP = Appellation d'origine Protégée. L'AOP désigne un produit dont toutes les étapes de production sont réalisées selon un savoir-faire reconnu dans une même aire géographique, qui donne ses caractéristiques au produit.

IGP = Indication Géographique Protégée. L'IGP identifie un produit agricole, brut ou transformé, dont la qualité, la réputation ou d'autres caractéristiques sont liées à son origine géographique.

(Source : Ministère de l'Economie et des Finances)

Pour une cuisine savoureuse et engagée :

- ✓ Je prépare des plats à base de légumes secs (lentilles, pois, haricots secs, etc.). Riches en nutriments et protéines, ils ont un impact environnemental beaucoup moins important que le lait, le poisson ou la viande.
- ✓ Le bon réflexe lors de mes courses : apporter mon propre sac cabas et mes contenants, car de plus en plus de commerçants acceptent les emballages personnels.
- ✓ Je soutiens l'agriculture locale et je privilégie les produits issus de filières de qualité (maraîchage bio, élevage en pâturage, volaille en plein air...).
- ✓ Je privilégie l'achat de produits bio pour le vrac. Les produits bio sont 4 à 22% moins cher en vrac que lorsqu'ils sont préemballés.
- ✓ Je fais confiance aux signes officiels de qualité comme « Agriculture Biologique », « Eurofeuille Européen », les AOP® et IGP®. En Ardèche, il existe « Goûtez l'Ardèche », la référence de qualité depuis 30 ans, c'est une garantie d'origine et de saveur.

★ Pour aller plus loin... :

500 bonnes adresses (producteurs, artisans et entreprises Goûtez l'Ardèche®), rendez-vous savoureux, paniers piquenique et marchés gourmands en Ardèche : consultez le guide Miam Miam !



Ardèche TOURISME