

# ITINÉRAIRES agri culturels



en suivant les Projets  
Alimentaires Territoriaux

en partenariat avec

## La DRAAF Occitanie

Service déconcentré du ministère en charge de l'agriculture, sous l'autorité du préfet de région, la DRAAF met en œuvre en région les grandes politiques et orientations nationales en faveur notamment de la sécurité sanitaire, du développement économique des filières agricoles, agroalimentaires et forestières, de la durabilité de l'agriculture, de la formation agricole et de l'accès pour tous à une alimentation de qualité.



## La DRAC Occitanie

Service déconcentré du ministère en charge de la culture, sous l'autorité du préfet de région, la DRAC décline en région les grandes politiques et orientations nationales en matière de développement culturel, patrimonial et artistique.



INSTITUT NATIONAL  
DE L'ORIGINE ET DE  
LA QUALITÉ



## L'INAO

Établissement public à caractère administratif, placé sous la tutelle du ministère en charge de l'agriculture, l'INAO encadre plus de 1 000 produits. Il agit activement dans la mise en place et les procédures de contrôle des Signes d'Identification de la Qualité et de l'Origine (SIQO) en France.

### Crédits photos

P. 6-7 : Les agneaux des Pyrénées © COPYC ; 1. © Raphaël Kann ; 2. © Raphaël Kann ; 3. © H. Dagues / P. 8-9 : La farine Flor de Pèira © Flor de Pèira ; 1. © OTI Au Cœur des Collines cathares ; 2. © Vincent-photographie - ADT Aude ; 3. © Olivier Lozat / P. 10-11 : Le maraîchage bio © Florian Denard - APABA ; 1. © Mairie Ayssènes ; 2. © PNRGC / P. 12-13 : Le riz de Camargue © Élodie Segulier ; 1. © EmDee ; 2. © S. Baudouin - SMCG / P. 14-15 : Armagnac © Michel Carossio, Collection BNI Armagnac-Alambic-Delord ; 2. © JPC / P. 16-17 : Ail violet de Cadours © Syndicat Ail violet de Cadours ; 1. et 2. © Tourisme Hauts Tolosans ; 3. © PETR Pays Tolosan / P. 18-19 : 2. © CD65 ; 3. © Julie Cuvillier - CMA65 / P. 20-21 : La soupe de poisson © Azais Polito ; 1. © SMBT ; 3. © Musée étang de Thau / P. 22-23 : 2. Le château de Montal © Léo Higel - CMN / P. 24-25 : Troupeau Lacaune Margeride © V. Bonnet - Chambre d'Agriculture Lozère ; 1. © Marylène Eytier / P. 26-27 : Artichaut © Artichaut du Roussillon ; 1. © Ville de Cabestany ; 2. © Sites historiques 66 / P. 28-29 : 3. © Fagairolles / P. 30-31 : Melon © Syndicat IGP Melon du Quercy ; 1. © PETR PMQ ; 2. © Abbaye de Belleperche ; 3. © Laura Willefert



Depuis 10 ans maintenant, nous avons le plaisir de développer chaque année de nouveaux itinéraires « agri-culturels », véritable invitation à la découverte de la richesse de l'agriculture et du patrimoine de notre belle région, l'Occitanie.

Ce travail, conduit par les directions régionales de l'État en charge de l'agriculture et de la culture, permet de mettre à l'honneur des produits agricoles locaux de grande qualité en y associant des suggestions de visites patrimoniales. Les itinéraires 2023 ont ainsi pour objectif de faire découvrir à tous, des aliments de qualité issus d'une agriculture vivante, résiliente face aux enjeux climatiques et source d'emplois pour notre territoire. Après nous avoir conduits sur les chemins de Compostelle, dans les halles et caves coopératives classées qui jalonnent nos paysages, après avoir célébré le classement du repas gastronomique des Français au patrimoine de l'UNESCO, les « itinéraires » nous amènent cette année à la rencontre des « projets alimentaires de territoire ». Ces projets issus d'un travail partenarial entre collectivités, professionnels et citoyens concourent à la défense et la promotion de nos patrimoines.

Je vous souhaite une bonne lecture et surtout, de belles découvertes patrimoniales et gustatives.

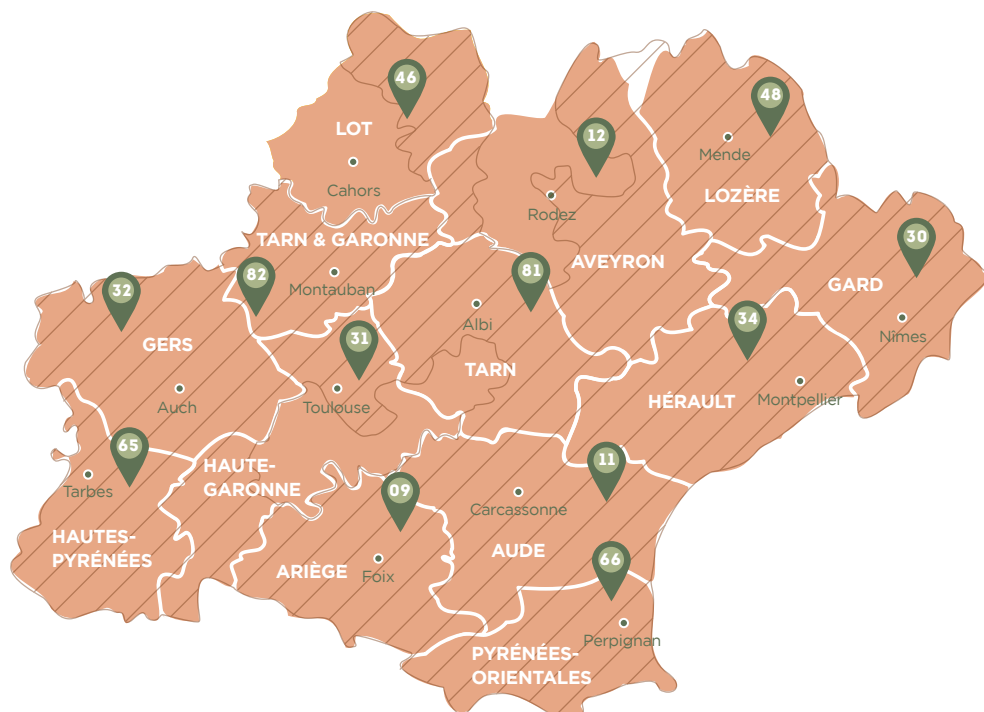


Pierre-André DURAND  
Préfet de la région Occitanie

LES PROJETS ALIMENTAIRES TERRITORIAUX : UNE ALIMENTATION DE QUALITÉ POUR TOUS	4
L'AGNEAU DES PYRÉNÉES	6
LA FARINE FLOR DE PÈIRA	8
LE MARAÎCHAGE BIO	10
LE RIZ DE CAMARGUE	12
L'ARMAGNAC	14
L'AIL VIOLET DE CADOURS	16
LE BLÉ POULARD BIO	18
LA SOUPE DE POISSON	20
LA NOIX DU PÉRIGORD	22
LE LAIT DE BREBIS BIO	24
L'ARTICHAUT DU ROUSSILLON	26
LE JAMBON, LE SAUCISSON ET LA SAUCISSE DE LACAUNE	28
LE MELON DU QUERCY	30

# Cartographie des PAT labellisés

EN OCCITANIE



## Légende

- Département
- Préfecture
- ▭ PAT départementaux et infra départementaux

RETROUVEZ DES EXEMPLES D'INITIATIVES PAT DANS CE GUIDE



# LES PROJETS ALIMENTAIRES TERRITORIAUX : UNE ALIMENTATION DE QUALITÉ POUR TOUS

Depuis plus de 10 ans, la politique nationale de l'alimentation se déploie et s'affirme dans notre région. Cette politique forte et conduite en interministériel a pour objectif de garantir et favoriser l'accès de tous à une alimentation de qualité. Elle affirme l'importance de son ancrage au plus près des citoyens avec la mise en œuvre de « projets alimentaires territoriaux » (PAT).

Un PAT est entendu comme un projet global et partenarial, réunissant l'ensemble des acteurs (publics, professionnels, associatifs, etc.), afin de renforcer l'agriculture locale, l'identité culturelle du terroir, la cohésion sociale et la santé des populations pour une articulation renforcée entre « bien produire » et « bien manger » (agroécologie, circuits courts, éducation à l'alimentation, agritourisme, etc.).

En 2021, avec le Plan de relance, la mise en œuvre des PAT s'est accélérée en Occitanie, région qui était déjà la plus riche en initiatives de ce type. Il existe désormais une soixantaine de PAT en région, qui couvrent plus de 80 % du territoire régional. La dynamique entamée depuis près de 10 ans continue de produire ses effets et de nouvelles démarches émergent, laissant augurer d'une couverture quasi-totale du territoire régional occitan à moyen terme. Parmi les très nombreux projets portés par les PAT, le volet patrimonial est largement présent. Le livret que vous tenez entre les mains vous permettra de découvrir quelques-unes des initiatives existantes, aux contours variés. Des initiatives qui allient défense et promotion des produits alimentaires locaux et de qualité, mise en valeur de la richesse des patrimoines et événements culturels qui leur sont consacrés.



# L'AGNEAU DES PYRÉNÉES

[agneauxdespyrenees.com](http://agneauxdespyrenees.com)

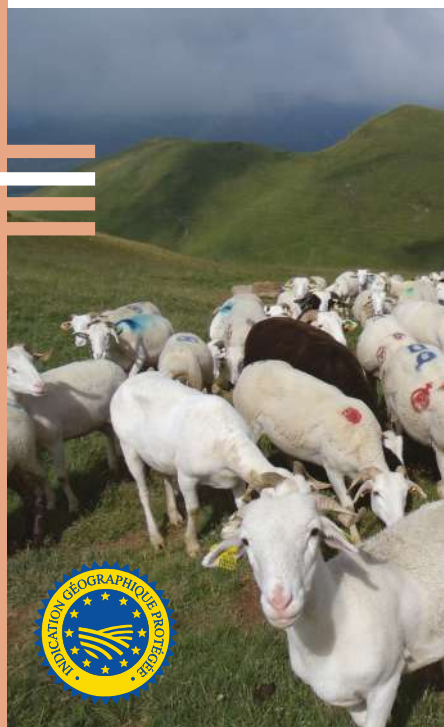
Terre d'élevage ovin ancestrale, la montagne pyrénéenne est le terrain de prédilection des brebis de races rustiques qui composent l'Indication Géographique Protégée Agneau des Pyrénées. Ces races locales à la morphologie particulièrement adaptée à la transhumance pâturent au minimum 7 mois de l'année. Les agneaux naissent pour la plupart à la descente d'estives, et sont allaités par leur mère par tétée au pis. Ces différentes caractéristiques confèrent à leur viande sa tendreté, sa couleur rosée et ses arômes particuliers.

Obtenu en 2022, l'IGP Agneau des Pyrénées est l'union de deux produits : l'Agneau de lait des Pyrénées, qui disposait d'une IGP depuis 2012, et l'Agneau Lourd. Cette nouvelle appellation est un véritable atout pour le monde pastoral et la mise en avant des produits et des savoir-faire agricoles. L'IGP Agneau des Pyrénées est répartie sur 7 départements : Pyrénées-Atlantiques, Hautes-Pyrénées, Haute-Garonne, Gers, Ariège, Aude et Pyrénées-Orientales et regroupe aujourd'hui 890 éleveurs engagés. L'appellation permet ainsi de proposer un produit local soumis à un cahier des charges, de maintenir la diversité de 10 races pyrénéennes, de rémunérer les éleveurs plus justement, de maintenir les élevages des Pyrénées, et d'entretenir les massifs avec la présence des troupeaux notamment par la pratique de la transhumance présente pour 60% des éleveurs.

## LA TRANSHUMANCE

[transhumance-patrimoine.fr](http://transhumance-patrimoine.fr)

Depuis 2020, la transhumance est reconnue au Patrimoine Culturel Immatériel en France sur 6 territoires : Alpes, Corse, Jura, Massif Central, Provence, Pyrénées, Vosges. Une démarche est actuellement en cours pour reconnaître la pratique comme Patrimoine Culturel Immatériel de l'Humanité à l'UNESCO.



## à déguster

### 1. UN SITE POUR MIEUX CONSOMMER

[consommer-parc-pyrenees-ariegeoises.fr](http://consommer-parc-pyrenees-ariegeoises.fr)



Le Parc naturel régional des Pyrénées ariégeoises a développé un site internet regroupant des informations sur les produits locaux et leurs lieux de vente, mais aussi les offres de tourisme durable possédant la marque « Valeurs Parc ». Le plus ? vous pouvez facilement localiser les producteurs et artisans locaux à proximité de votre lieu de séjour, et ainsi allier découverte touristique et achats responsables.



## à découvrir

### 2. LA TOILE ALIMENTAIRE DU PNR PYRÉNÉES ARIÉGOISES [parc-pyrenees-ariegeoises.fr](http://parc-pyrenees-ariegeoises.fr)



Pour alimenter son diagnostic agro-alimentaire, le Parc naturel régional des Pyrénées ariégeoises a élaboré une « toile alimentaire », c'est-à-dire une cartographie qui géolocalise les flux d'approvisionnement et de distribution des producteurs possédant la marque « Valeurs Parc » ainsi que les producteurs en Agriculture Biologique du territoire. Le diagnostic est consultable sur le site [consommer-parc-pyrenees-ariegeoises.fr](http://consommer-parc-pyrenees-ariegeoises.fr).



## à visiter

### 3. LE CHÂTEAU D'USSON ET LA MAISON DU PATRIMOINE Rouze [patrimoines.hauteariege.fr](http://patrimoines.hauteariege.fr)



Découvrez les vestiges de ce château au passé cathare, demeure des anciens seigneurs de Cerdagne et de Foix, surplombant la vallée de l'Aude et protégeant le pays du Donezan. Usson, c'est aussi 700 m<sup>2</sup> d'exposition dans sa Maison du patrimoine, lieu de mémoire et de découvertes. Le château est animé tout l'été ! Expositions, soirée astronomie, spectacles de fauconnerie avec Les ailes de l'Urga...

# LA FARINE FLOR DE PÈIRA

[flordepeira.com](http://flordepeira.com)

Pour répondre aux nouvelles attentes des consommateurs souhaitant renouer avec les savoir-faire anciens et privilégier les circuits courts, des boulangers et des céréaliers ont uni leurs forces pour créer, en 2012, un collectif et déposer la marque « Flor de Pèira » ( « Fleur de pierre » en occitan). Cette filière a pour objectif de proposer des farines biologiques issues d'une mouture sur meule de pierre. Elle est destinée aux particuliers comme aux boulangers souhaitant travailler une farine bio régionale sans additifs, de meilleure qualité nutritionnelle. Cette dynamique, accompagnée par le Biocivam de l'Aude, permet de soutenir une économie agricole locale et respectueuse de l'environnement. Le pain consommé chaque jour est encore majoritairement industriel, et l'association

Flor de Pèira œuvre à la sensibilisation sur les enjeux de santé publique liés au pain. En effet, les avantages nutritionnels d'un pain au levain naturel, avec des farines bio complètes moulues sur meule de pierre, sont de plus en plus reconnus. Depuis 2018, le collectif s'est étendu à toute la région Occitanie et regroupe aujourd'hui des céréaliers de la région produisant du blé tendre de variétés inscrites et/ou de pays selon le cahier des charges de l'agriculture biologique et celui de la marque ; des meuniers, certifiés bio, attentifs au respect des propriétés nutritionnelles des farines, grâce à la maîtrise d'un savoir-faire ancestral ; des boulangers et des consommateurs qui apprécient la qualité de ces farines.



# à visiter

## 1. LES MOULINS À VENT DE PEXIORA

### Pexiora

Situé dans la plaine lauragaise, ce charmant petit bourg a compté jusqu'à huit moulins à vent. Dressés au nord de l'église, deux d'entre eux ont été restaurés, tout en conservant leur mécanisme originel. Visites guidées sur demande. Ouverture ponctuelle au public lors des Journées européennes du Patrimoine en septembre.

T. 06 80 21 29 89



# à découvrir

## 2. LA MAISON DE LA TRUFFE,

### Villeneuve-Minervois

[maisondelatruffedoccitanie.com](http://maisondelatruffedoccitanie.com)

À travers une visite interactive, un film ou encore un jeu de piste, venez découvrir le monde de la truffe, de la plantation des arbres à la dégustation. Vous trouverez sur place une boutique de produits locaux, avec des truffes et des souvenirs à la vente.

T. 04 68 72 35 47



# à déguster

## 3. LE RÉSEAU DE SEMENCES PAYSANNES POTAGÈRES ET CÉRÉALIÈRES

[maisonpaysanneaude.fr](http://maisonpaysanneaude.fr)



En collaboration avec l'association Chemin cueillant et la Grainothèque de la Haute vallée de l'Aude, la Maison paysanne de l'Aude mène des actions visant à développer l'autonomie semencière des maraîchers. Elle accompagne la structuration d'un réseau professionnel pour les maraîchers qui souhaitent s'organiser en vue de sélectionner et multiplier des semences potagères dans une démarche collaborative.



9

## LA FOIRE À LA BIO

Couiza  
[np11.org](http://np11.org)

Le prochain marché de producteurs se déroulera les 29 et 30 juillet 2023. Venez rencontrer des producteurs locaux et des artisans investis dans le respect de la nature et des humains. Vous découvrirez de nouvelles pratiques et pourrez échanger lors de conférences, ateliers, animations, débats, projections et concerts.

En partenariat avec le PAT de l'Aude

# LE MARAÎCHAGE BIO

[aveyron-bio.fr](http://aveyron-bio.fr)

Le maraîchage en Aveyron a longtemps été une culture anecdotique. En effet, les quelques fermes maraîchères du département se concentraient autour de Decazeville dans un but d'alimenter les cités minières. Or, ces quinze dernières années, cette tendance a évolué avec une forte augmentation du nombre d'installations en maraîchage. Aujourd'hui, le département compte plus de 100 fermes maraîchères avec la particularité d'être pour 80% d'entre-elles en agriculture biologique. De plus, ces structures sont de taille relativement modeste, en moyenne inférieure à 1,5 hectare, et favorisent la vente en circuits courts (paniers à la ferme, AMAP, magasin de producteurs) afin de garantir des productions locales à échelle humaine. Ces fermes sont réparties au sein de trois pôles

géographiques : le pôle historique dans la vallée du Lot auquel s'ajoutent l'ouest Aveyron (secteur Villefranche-de-Rouergue) et le sud (Millau et Saint-Affrique). Bien que le département soit dans le Massif Central et que de nombreuses fermes soient situées au-delà de 500 mètres d'altitude, les maraîchers parviennent à produire tout au long de l'année, grâce notamment à l'installation de serres et à l'utilisation de voiles de forçage, permettant d'augmenter la température au niveau des cultures et de couper le vent. Par ailleurs, toujours dans un souci de proposer des produits de qualité aux consommateurs, mais aussi de garantir des volumes et des prix rémunérateurs, les producteurs travaillent sur des possibilités de regroupement : une alternative profitable à tous !



# à découvrir

## 1. LA MAISON DE LA CHÂTAIGNE

Ayssènes

[tourisme-muse-raspes.com](http://tourisme-muse-raspes.com)



Partez à la découverte de l'arbre à pain et de son fruit, autrefois base de l'alimentation dans nos zones rurales. Sur 140 m<sup>2</sup>, vous suivrez tous les cycles, de la maturité du fruit à sa transformation, ainsi que les usages de l'arbre en bois d'œuvre. Film documentaire, bornes interactives pour les enfants et vente de produits du terroir à base de châtaigne complètent la visite.

T. 06 70 13 78 07



1

# à déguster

## 2. MOBYLETTE KITCHEN

[parc-grands-causses.fr](http://parc-grands-causses.fr)



Suivez un road-trip gastronomique dans le Parc naturel régional des Grands Causses ! Un chef cuisinier sillonne les routes avec une mobylette et une drôle de remorque pour s'approvisionner en produits frais et locaux. Il stationne ensuite en pleine campagne, le temps de concocter une recette exquise et facile à réaliser. Ces escapades sont filmées et diffusées sous la forme d'une web-série à découvrir sur la chaîne YouTube et les réseaux du Parc.



2

# à visiter

## 3. LE CHÂTEAU DE BROUSSE-LE-CHÂTEAU

Brousse-le-Château

[tourisme-aveyron.com](http://tourisme-aveyron.com)



Situé sur la route des Seigneurs du Rouergue en Aveyron, le château médiéval de Brousse-le-Château surplombe le village médiéval classé parmi les « Plus Beaux Villages de France ». Au-delà de son architecture défensive remarquable, vous découvrirez une collection de sculptures « Sylvistruures » dont le thème principal est l'amandier.

T. 05 65 99 45 40



3

## LE MARCHÉ PAYSAN DE MONTREDON

La Roque-Sainte-Marguerite

[tourisme-aveyron.com](http://tourisme-aveyron.com)

Le marché de Montredon, c'est le rendez-vous incontournable de l'été sur le plateau du Larzac ! Au programme de cette manifestation paysanne et festive : marché paysan et artisanal, conférence, restauration sur place, concert, bal, théâtre, cirque... Tous les mercredis de juillet et d'août, à partir de 18h.

T. 05 65 62 13 39

En partenariat avec le PAT du PNR de l'Aubrac

# LE RIZ DE CAMARGUE

[rizdecamargue.com](http://rizdecamargue.com)

Le territoire Camargue en pays gardois a une très ancienne histoire liée au riz, remontant au roi Henri IV. Mais il faudra attendre l'après-guerre pour voir les surfaces augmenter et la passion des riziculteurs pour que la culture du riz reprenne sa place. L'aboutissement d'un dur travail permet l'obtention d'une IGP (Indication Géographique Protégée) en 2000. La zone géographique de cette IGP Riz de Camargue - 146 000 hectares sur le Gard et les Bouches-du-Rhône - couvre 15 communes dont 10 sur le Gard. La production annuelle est d'environ 66 000 tonnes (26 % des riziculteurs en production biologique). Le champ d'application de l'IGP Riz de Camargue concerne les opérateurs producteurs (riziculteurs) puis les opérateurs filière (organisme stockeur, rizier ou transformateur et conditionneur). Consommer du riz de Camargue IGP, c'est s'assurer de la traçabilité, depuis la production jusqu'au conditionnement : les opérateurs sont contrôlés annuellement. Des analyses de résidus de pesticides sont menées chez les opérateurs producteurs, ainsi que des analyses sur les produits finis, chez tous les opérateurs filière. À toutes les étapes, le riz est surveillé et tracé. Le Syndicat des Riziculteurs de France et Filière est créé en 1947 par la volonté de toute une filière à se développer. Depuis 2021, le collectif SRFF/HVE accompagne les exploitations, principalement rizicoles, pour la certification Haute Valeur Environnementale de niveau III. Cette démarche rencontre un franc succès avec près de la moitié des exploitations engagées.



1

## à découvrir

### 1. LA TOUR CARBONNIÈRE

Saint-Laurent-d'Aigouze

[tourisme-saint-laurent-daigouze.fr](http://tourisme-saint-laurent-daigouze.fr)



Contemporaine des remparts d'Aigues-Mortes, l'imposante tour Carrée est à la fin de XIII<sup>e</sup> siècle la seule voie d'accès des terres vers la cité royale. Un temps converti en poste de péage, le monument offre aujourd'hui un point de vue privilégié pour observer la faune et la flore camarguaises (aigrettes garzettes, hérons cendrés, poules d'eau, ragondins, chevaux et taureaux de Camargue).

T. 04 66 77 22 31

### LA FÊTE DU RIZ

Arles

Chaque année vers la mi-septembre, se déroule la fête traditionnelle des Prémices du Riz, pendant la période de la récolte. C'est d'abord l'ambassadrice du riz qui est fêtée. Naviguant sur le Rhône, elle apporte la première gerbe de riz qui sera bénie sur les quais Saint-Pierre. Suit le défilé du Corso, composé de chars décorés de riz qui racontent l'histoire de la Provence et de la Camargue. Les tracteurs, machines et autres outils anciens participent aussi au défilé !

T. 06 09 09 59 50



## à visiter

### 2. LA MAISON DU GRAND SITE DE FRANCE DE LA CAMARGUE GARDOISE

Aigues-Mortes

[camarguegardoise.com](http://camarguegardoise.com)

Appelé « La Marette », cet écomusée propose un sentier de découverte au cœur des paysages, une exposition permanente et une programmation d'animations autour des paysages, des traditions, de la faune et la flore de Camargue gardoise. La visite peut s'effectuer en autonomie ou accompagné d'un animateur.

T. 04 66 77 24 72



2



3

13

## à déguster

### 3. LES GRAULINADES

Le Grau-du-Roi

[ville-legrauduroi.fr](http://ville-legrauduroi.fr)



Tous les ans au printemps, les Graulinades rassemblent près de 5 000 personnes pour découvrir le patrimoine culinaire du Grau-du-Roi, village de pêcheurs devenu station balnéaire. Les jeunes et les anciens se retrouvent pour une journée culinaire où se transmettent les recettes à base de produits de la mer et les savoir-faire. Les familles de la commune partagent leur plat de poisson, les chefs sortent de leur cuisine et les marins pêcheurs jouent les commis le temps de la fête !

T. 05 61 89 05 42

En partenariat avec le PAT du Gard

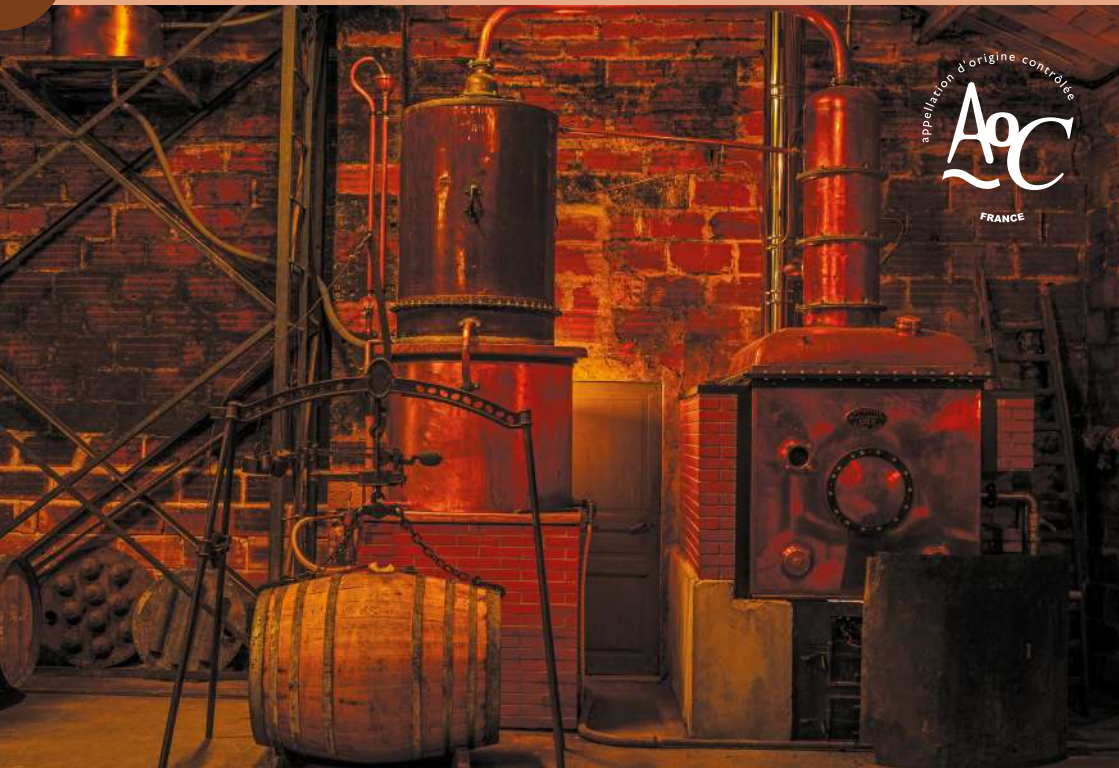
# L'ARMAGNAC

[armagnac.fr](http://armagnac.fr)

L'Armagnac est la plus ancienne eau-de-vie française. Du haut de chaque bouteille, 700 ans d'expérience nous contemplent ! Distillé à partir de vin blanc et vieilli en fûts de chêne, chaque Armagnac est le fruit du travail d'un artisan et l'expression de sa personnalité. Il n'y a pas UN Armagnac, mais bel et bien DES Armagnacs. En effet, chaque producteur imprime son caractère et élabore avec passion un produit rare et unique, sa propre signature. La production de l'Armagnac s'étend sur 5200 hectares de vignobles et sur trois départements (Gers, Landes, Lot-et-Garonne) dans un climat tempéré et doux, plus humide à l'ouest, et plus sec à l'est. Pour faire du bon Armagnac, il faut avant tout du bon vin ! Celui-ci s'obtient par l'assemblage de quatre cépages originaux qui forgent le caractère de l'eau-de-vie : l'Ugni-blanc, la Folle Blanche, le Baco et le Colombard.

Les terroirs de l'Armagnac, ainsi que sa méthode d'élaboration, répondent à des règles définies par l'Appellation d'Origine Contrôlée (AOC) obtenue dès 1936. L'AOC garantit un suivi rigoureux, de la parcelle de vigne au fût de vieillissement. L'Armagnac est issu d'une parcelle de vigne identifiée et conduite de façon spécifique sur un terroir approprié. Il est distillé avec un alambic traditionnel à taille artisanale, avant d'être élevé dans des chais appropriés où les conditions de vieillissement sont attestées (qualité du bois de chêne, capacité des contenants, etc.). Enfin, le produit est contrôlé qualitativement tout au long de son élevage. Le savoir-faire des producteurs et le suivi qualité vous garantissent la meilleure des eaux-de-vie. Blanc, vieilli, brut de fût, mococépage, assemblage, millésimé, l'Armagnac recèle une incroyable diversité. À chacun de trouver son style !

appellation d'origine contrôlée  
**AOC**  
FRANCE



# à découvrir

## 1. TERRES D'ICI, CUISINE D'AILLEURS

Lupiac

[pimao.fr](http://pimao.fr)

[domainedehongrie.com](http://domainedehongrie.com)



Au village de Lupiac, c'est tout un collectif qui s'est mobilisé pour créer ce festival de l'Alimentation Durable. Issus de tous les continents (15 nationalités représentées), les habitants se sont appropriés le meilleur des produits locaux gersois, qu'ils cuisinent selon les recettes de leurs cultures d'origine, donnant naissance à une cuisine fusion étonnante et savoureuse. Les 21, 22 et 23 juillet, rendez-vous au domaine de Hongrie pour des conférences, ateliers, démonstrations culinaires, musique et cuisine d'ailleurs, exposition...

T. 05 81 23 42 87 - 06 79 77 94 77



# à déguster

## 2. LES JOURNÉES DU PATRIMOINE CULINAIRE

Barbotan-les-Thermes

[ipc.eu.com](http://ipc.eu.com)

Du 8 au 10 septembre 2023, les Journées du Patrimoine Culinaire rassembleront les producteurs, les chefs cuisiniers et le grand public : grand marché de producteurs avec le meilleur des produits du Gers et du Sud-Ouest, shows culinaires, démonstrations et dégustations par de grands chefs médiatiques, repas thématiques... Un régal de chaque instant !

T. 07 85 33 01 12



15

# à visiter

## 3. LE CHÂTEAU DE LAVARDENS

Lavardens

[chateaulavardens.fr](http://chateaulavardens.fr)



C'est au cœur de la Gascogne gersoise que se dresse le château de Lavardens (XII<sup>e</sup> et XVII<sup>e</sup> siècles), construit sur les ruines de la forteresse des comtes d'Armagnac. Sauvé par une association qui œuvre à la restauration du monument, le château de Lavardens abrite aujourd'hui un centre d'art et propose des expositions et des animations culturelles.

T. 05 62 58 10 61



## LA BLANCHE ARMAGNAC

Cette eau-de-vie AOC s'appuie sur la même aire d'appellation que l'Armagnac et les mêmes cépages, mais n'étant pas vieillie en fût, elle propose une robe cristalline. À l'instar des alcools blancs, la Blanche se prête parfaitement à la mixologie et aux mariages gastronomiques avec ses notes fruitées et la fraîcheur qu'elle véhicule.

En partenariat avec le PAT du Pays d'Armagnac

# L'AIL VIOLET DE CADOURS

[ail-violet-cadours.fr](http://ail-violet-cadours.fr)

Environné de coteaux et de petits vallons, Cadours bénéficie d'un terroir propice à la production de l'Ail violet. Son goût et sa couleur résultent de plusieurs facteurs naturels : des sols argilo-calcaires ou calciques, des coteaux ensoleillés, un pic de pluviométrie en mai qui favorise le développement des bulbes. Le vent d'autan très sec qui souffle dans cette région facilite le séchage traditionnel à la barre. L'Ail violet de Cadours est caractérisé par son enveloppe de couleur violette légèrement striée, ainsi que par son gros calibre de forme bien arrondie et ses gousses régulières, d'une couleur ivoire parfois légèrement violacée. Consommé cru ou cuit, il apporte en bouche une légère impression de piquant et présente une bonne persistance aromatique. Sa texture est moelleuse et sa saveur délicatement sucrée. L'Ail violet de Cadours a obtenu l'Appellation d'Origine Contrôlée (AOC) en 2015. L'Appellation d'Origine Protégée (AOP) lui sera octroyée en 2017, protégeant ainsi sa dénomination sur tout le territoire de l'Union Européenne. Sa production s'étend sur 10 cantons, 3 départements (Haute-Garonne, Gers, Tarn-et-Garonne) et regroupe 80 producteurs et 6 négociants. Ces derniers doivent respecter un cahier des charges strict permettant de garantir la qualité du produit et le respect de la tradition. L'ail doit être récolté, puis séché, trié, pelé et conditionné dans l'aire d'appellation. Utilisé dans la cuisine comme condiment, l'Ail violet de Cadours possède de bonnes valeurs nutritionnelles. Il contient du soufre, de l'iode, de la silice, des vitamines et du sélénium, un allié pour la santé.



## à visiter

### 1. LA MAISON DU POTIER Cox

[tourisme.hautstolosans.fr](http://tourisme.hautstolosans.fr)

Le musée de la Maison du Potier, installé dans une ancienne poterie, retrace quatre siècles de fabrication de terres vernissées locales : vaisselle de table et culinaire du XVI<sup>e</sup> au XX<sup>e</sup> siècle. Une visite guidée et un montage audiovisuel sur les techniques de fabrication vous sont proposés.  
T. 05 62 13 70 31



### LA ROUTE DE L'AIL VIOLET [tourisme.hautstolosans.fr](http://tourisme.hautstolosans.fr)

Quoi de mieux que de partir à la rencontre des producteurs pour découvrir l'Ail violet de Cadours ? À travers cet itinéraire, vous traverserez de magnifiques paysages, visiterez de beaux villages et dégusterez des produits d'exception !





## à déguster

### 2. LA HALLE AUX MARCHANDS Cadours

[tourisme.hautstolosans.fr](http://tourisme.hautstolosans.fr)



Découvrez une architecture néo-grecque étonnante : avec ses colonnes à chapiteaux doriques, cette belle halle de brique évoque un temple grec. La Halle aux marchands, classée Monument historique, accueille aujourd'hui les commerçants du marché hebdomadaire le mercredi matin et les fêtes et manifestations de Cadours.

T. 05 61 82 93 85



## à découvrir

### 3. ESCAPADES EN PAYS TOLOSAN

[paystolosan.eu](http://paystolosan.eu)



Le PETR Pays Tolosan, en partenariat avec l'Association Nationale des Pôles et Pays (ANPP), a lancé la publication d'un magazine de 52 pages dans la collection *Les Cahiers du Patrimoine*, entièrement consacré au Pays Tolosan. Une bonne manière de découvrir ou redécouvrir ce territoire unique.

En partenariat avec le PAT du Pays Tolosan

# LE BLÉ POULARD BIO

[odysseedengrain-patesbio.fr](http://odysseedengrain-patesbio.fr)

Le blé Poulard est un blé ancien, proche du blé dur, qui a été largement cultivé en Auvergne jusqu'en 1860. Il est notamment connu pour sa rusticité, sa capacité de pastification, ses glutens naturellement digestes et son adaptation naturelle aux contraintes du piémont pyrénéen. Il fut, ensuite, longtemps délaissé au profit de blés hybrides à cause de sa faible force boulangère et de sa moindre productivité. Depuis les années 2000, un collectif d'agriculteurs passionnés des Hautes-Pyrénées a réhabilité cette variété ancienne en réintroduisant et multipliant dans leurs fermes du piémont pyrénéen des semences de blés Poulard venues directement d'Auvergne. L'objectif est alors de démarrer une fabrication artisanale de pâtes bio pour créer une micro-filière agroalimentaire dont les agriculteurs garderaient toute la maîtrise. Pour cela, ils se sont réunis en coopérative : l'Odysée d'Engrain. Aujourd'hui, la coopérative produit 30 tonnes de blé par an et commercialise 4 sortes de pâtes, grâce à son outil de fabrication commun. Elle dispose de 50 points de vente dans le grand sud-ouest (marchés, Amap, épiceries fines...). Par ailleurs, sa démarche a été récompensée par une certification en Agriculture biologique garantissant un mode de production alliant pratiques environnementales optimales, respect de la biodiversité, préservation des ressources naturelles et bien-être animal. L'agriculture biologique exclut l'usage des OGM et limite le recours aux intrants, en favorisant l'emploi de ressources naturelles et renouvelables. Ainsi, les producteurs labellisés se doivent de respecter un cahier des charges rigoureux.

## DU BLÉ POULARD AUX PÂTES : UNE PRODUCTION 100 % LOCALE

[odysseedengrain-patesbio.fr](http://odysseedengrain-patesbio.fr)

Les producteurs de blé Poulard s'engagent, depuis plusieurs années, à produire des pâtes bio et 100 % locales. Une fois les blés récoltés, ils sont envoyés vers des moulins pour être moulus sur meules de pierre. Les farines fraîches sont ensuite mélangées avec de l'eau avant d'être séchées à basse température pendant 12 heures. Entre la semence et la pâte, le blé aura parcouru au maximum 50 km !



1

LA CITÉ  
DU GOÛT  
ET DES  
SAVEURS



## à déguster

### 1. LA CITÉ DU GOÛT & DES SAVEURS

[cma65.fr](http://cma65.fr)



À l'initiative des Chambres de Métiers et de l'Artisanat, la Cité du Goût & des Saveurs promeut une certaine idée de l'alimentation, de la cuisine et de la gastronomie en accompagnant les artisans des métiers de bouche, les territoires et les consommateurs, acteurs du bien manger et du consommer local. Spécialisée dans la formation professionnelle, la Cité du Goût & des Saveurs travaille avec des experts du métier, champions du monde, d'Europe et de France, Meilleurs Ouvriers de France.



## à visiter

### 2. L'ABBAYE CISTERCIENNE DE L'ESCALADIEU

Bonnemazon

[abbaye-escaladieu.com](http://abbaye-escaladieu.com)

Construite au XII<sup>e</sup> siècle par des moines cisterciens, l'abbaye accueille tout au long de l'année des visites, spectacles ou encore des conférences. En 2023, le thème du jardin imaginaire est à l'honneur. Venez vivre une expérience sensorielle où la vue, l'ouïe, l'odorat et le toucher sont mobilisés. Treize artistes contemporains proposent une immersion dans une nature émerveillée et réinventée.

T. 05 31 74 39 50

MONUMENT



HISTORIQUE



## à découvrir

### 3. L'ESCAPADE ARTISANALE

[cma65.fr](http://cma65.fr)

Cette route des filières artisanales vous propose une découverte du patrimoine et des savoir-faire dans les Hautes-Pyrénées. Venez vous évader au travers de belles histoires de famille et de tradition, découvrir un territoire et ses savoir-faire à travers des produits et des objets uniques, réalisés par des maîtres artisans d'art. Partage et rencontre sont les maîtres-mots de cette escapade !



En partenariat avec le PAT des Hautes Pyrénées



## LES ESTIVALES DE THAU

[agglopole.fr](http://agglopole.fr)

Tous les jeudis soir de l'été, à Sète et dans les communes du Bassin de Thau, venez participer à ces soirées découverte des produits du terroir. Les différents exposants se font un plaisir de vous présenter leurs spécialités : tielles, coquillages, gâteaux, chocolats, glaces... Le tout dans une ambiance musicale et festive !

# LA SOUPE DE POISSON

[azais-polito.fr](http://azais-polito.fr)

Situé entre terre et mer, le département de l'Hérault possède une cuisine singulière aux influences méditerranéennes. Poissons, crustacés et coquillages font partie intégrante des traditions culinaires du territoire. Portée par l'organisme de défense et de gestion « Saveurs et Littoral d'Oc » depuis 2008, la soupe de poisson de Sète y occupe une place de premier ordre, à tel point qu'elle obtient, en 2010 la labellisation « Label Rouge ». Ce produit d'excellence transformé et commercialisé par la conserverie artisanale sétoise Azais Polito répond à des caractéristiques dictées par un cahier des charges historique et précis permettant de maîtriser la qualité des matières premières utilisées et leur proportion, la recette de fabrication, les paramètres de conservation (appertisation) et l'absence d'additifs. La soupe de poisson Label Rouge « petite pêche côtière » doit être composée au minimum de 45% de poissons. Il s'agit uniquement de petits poissons entiers dit « soupe rouge ». Cette matière première principale est issue de la petite pêche de moins de 24 heures, les chalutiers étant basés sur la Criée d'Agde. Dans sa composition, on retrouve majoritairement du grondin rouge, qui est l'un des poissons de soupe traditionnels ; sont exclus de la recette les parures, arêtes et déchets de poisson, mais également certains poissons comme le chinchard ou la bogue. La soupe de poisson Label Rouge petite pêche côtière moins de 24h se caractérise par un goût de poisson intense (elle est la soupe de poisson la plus concentrée en poisson du marché français). Le mélange des légumes et des épices, dont le safran pur, enrichissent sa saveur avec une persistance en bouche incomparable.

## à découvrir

### 1. LA CAPÉCHADE, LE FOODLAB DU BASSIN DE THAU

[smbt.fr](http://smbt.fr)



Le Foodlab propose des événements, des ateliers artistiques et pédagogiques, des formations, des espaces pour apprendre à cuisiner, cultiver, recycler et pour travailler et expérimenter. Il contribue à l'émergence de projets, comme par exemple une épicerie et cantine sociale et solidaire, ou encore une plateforme de référencement et approvisionnement en produits de qualité.

T. 04 67 74 61 60



## à déguster

### 2. LES AGRICULTURELLES Vic-la-Gardiole

[lesagricultuelles](http://lesagricultuelles.fr)



21

Lorsque ruralité rime avec festivités ! Les Agriculturales vous proposent des visites et dégustations, ainsi que de nombreuses animations mêlant art et environnement, observation de la biodiversité locale et spectacles théâtraux et musicaux. Suivez leurs réseaux sociaux pour connaître les prochaines dates !

T. 04 67 06 23 37

## à découvrir

### 3. LE MUSÉE DE L'ÉTANG DE THAU Bouzigues

[patrimoine.agglopoie.fr](http://patrimoine.agglopoie.fr)

Le musée de l'étang de Thau vous invite à découvrir les savoir-faire traditionnels de l'étang de Thau : métiers de la pêche, la culture des huîtres et des moules. Une mise en scène originale d'objets vous plonge ainsi dans l'histoire et la mémoire locale. Aquariums, vidéo, maquettes illustrent ce parcours.

T. 04 67 78 33 57

En partenariat avec le PAT du bassin de Thau



### LA ROUTE DE LA NOIX DU PÉRIGORD

Cet itinéraire touristique permet de partir à la rencontre de ceux qui produisent, qui travaillent et élaborent des produits à base de Noix du Périgord : producteurs, restaurateurs, distilleries, moulins à huile de noix... Découvrez les richesses cachées de la Noix du Périgord et l'histoire des hommes qui en vivent.

Pour télécharger gratuitement le guide : [noixduperigord.com](http://noixduperigord.com)

# LA NOIX DU PÉRIGORD

[noixdupericord.com](http://noixdupericord.com)

Fruit historique et emblématique de la région, la Noix du Périgord est reconnue comme une appellation d'origine et de qualité depuis 20 ans. Aujourd'hui, le bassin de production de la Noix du Périgord assure 50 % de la production française. La nuciculture (culture de la noix) s'est énormément développée depuis les années 1990 grâce à la modernisation de la profession et aux producteurs de noix qui ont obtenu en 2002 l'Appellation d'Origine Contrôlée AOC « Noix du Périgord ». Deux ans plus tard, elle est reconnue par l'Europe et devient une Appellation d'Origine Protégée (AOP), suivie par l'Huile de noix du Périgord, AOP depuis 2021. Depuis deux décennies maintenant, le Syndicat professionnel de la noix, du cerneau et de l'huile de noix du Périgord défend un produit lié à une histoire, des savoir-faire et à des qualités propres à un territoire. La zone de production de l'appellation s'étend sur plusieurs départements en Occitanie (Lot) et Nouvelle-Aquitaine (Dordogne, Corrèze, Charente). Ce sont 612 communes qui constituent l'aire d'appellation, présentant des conditions de sol et de climat favorables à la culture du noyer. C'est sur ce terroir que se développe le noyer depuis toujours, les sols riches et profonds, argilo-calcaires ayant sa préférence. Le noyer a toujours fait partie du paysage lotois en bordure de champs, sur les coteaux, dans les vallées comme la vallée de la Dordogne lotoise et la vallée du Lot, où des vergers de noyers ont été plantés. On dénombre aujourd'hui 857 producteurs de noix engagés dans démarche qualité Noix du Périgord, pour une surface de 4 871 ha (dont 25 % dans le Lot).

## à déguster

### 1. LE MOULIN À HUILE DE NOIX DE SAINT-CÉRÉ

[moulindestaintcere.com](http://moulindestaintcere.com)

En 2015, Jean-Paul Bex, paysan retraité et producteur de noix, fait le pari de faire vivre un moulin à huile daté de 1750. En 2019, Grégory rejoint l'atelier et c'est au cœur du village, dans ce lieu chargé d'histoire, qu'il produit des huiles de noix et noisette, ainsi que des purées de fruits secs, toutes fabriquées artisanalement. Le moulin est aujourd'hui certifié bio.  
T. 06 71 78 41 93 / 06 42 06 17 16

En partenariat avec le PAT de Cauvaldor



2



3

1

## à visiter

### 2. LE CHÂTEAU DE MONTAL

[chateau-montal.fr](http://chateau-montal.fr)



CENTRE DES MONUMENTS NATIONAUX

Le château de Montal est l'un des joyaux de la Renaissance française au décor sculpté unique. Son architecture témoigne d'un nouvel art de vivre et de construction du début du XVI<sup>e</sup> siècle. Restauré et admirablement meublé, le château a joué un rôle majeur en abritant les collections du musée du Louvre pendant la Seconde Guerre mondiale.

T. 05 65 38 13 72

## à déguster

### 3. LA FÊTE DES FROMAGES FERMIER

[vallee-dordogne.com](http://vallee-dordogne.com)



Cette fête familiale dédiée aux fromages AOP se tient durant le dimanche de Pentecôte. À partir du célèbre Rocamadour AOP, partez pour un tour de France des fromages fermiers, et profitez des vins de la région et autres spécialités. De nombreuses dégustations vous sont offertes sur place. À vivre également à cette occasion : tours en tracteur, transhumance avec le troupeau pour son installation dans les pelouses du Causse.  
T. 06 76 71 71 33 / 06 84 17 23 21

# LE LAIT DE BREBIS BIO

[agencebio.org](http://agencebio.org)

En France, le lait de brebis est majoritairement collecté et transformé en Lozère et Aveyron, qu'il s'agisse de lait issu d'une production conventionnelle ou en conversion bio. La production de lait de brebis biologique en Lozère représente 40 troupeaux pour un cheptel de 17 000 brebis. Une très grande partie du lait de brebis bio est dévolue à la fabrication du Roquefort, fromage iconique de la région. D'autres fromages sont aussi transformés à partir du précieux lait : brique de brebis, pérail, tomme, feta... et l'on trouve également dans la production lozérienne des glaces et des yaourts. Le lait à l'origine de tous ces bons produits est issu de la brebis Lacaune, une laitière emblématique du bassin de Roquefort. Élevées sur un territoire de montagne, les brebis permettent de valoriser les surfaces pastorales, notamment sur les zones de causses. Le cahier des

charges AB (Agriculture Biologique) fixe le cadre de leur élevage, avec en lignes directrices la santé des consommateurs et le bien-être animal. Ainsi, les brebis ont accès aux pâturages dès que les conditions le permettent. Lorsque le temps se fait plus maussade, elles rejoignent la bergerie, dont la surface leur assure de se mouvoir librement et d'accéder à une litière végétale pour leur confort (paille principalement). Côté alimentation, les fourrages et autres aliments distribués en complément de l'herbe doivent être certifiés AB (sans produits chimiques de synthèse et sans OGM). Côté soin, la priorité est donnée aux médecines douces. C'est grâce à toutes ces attentions quotidiennes que les producteurs de la filière produisent un lait de qualité, dans les meilleures conditions possibles pour les animaux.





# à découvrir

## 1. FESTIV'ALLIER

Langogne  
[festivallier48.fr](http://festivallier48.fr)



Rendez-vous début août pour vivre la 19<sup>e</sup> édition de ce festival de chanson francophone, arts de rue et cirque. Outre la programmation artistique, deux moments gourmands vous sont proposés : une balade poétique en musique qui se clôturera par un pique-nique de saveurs locales, mais aussi un atelier de cuisine à la découverte des perceptions sensorielles générées par la dégustation (odeurs, saveurs, arômes et textures).

T. 04 66 46 17 35



1

# à déguster

## 2. LES BALADES GOURMANDES



Cet automne, les exploitations autour de Langogne vous ouvrent leurs portes ! Venez découvrir les métiers et pratiques agricoles durables à travers des visites guidées, des dégustations et des animations. Les fermes participantes vous proposent des randonnées gourmandes, des jeux autour de l'agriculture, des repas, des démonstrations de travaux agricoles, etc.

T. 06 45 46 98 79



2

25

# à visiter

## 3. LE MOULIN À VENT DE LA BORIE

Hures-la-Parade  
[moulindeborie.com](http://moulindeborie.com)

Ce moulin à vent du XVII<sup>e</sup> siècle produit les Farines du Méjean, issues de grains de qualité produits sur le Causse Méjean. Les visites permettent de découvrir l'histoire du moulin, le causse Méjean et l'agropastoralisme, le mécanisme et le fonctionnement du moulin ainsi que le savoir-faire du meunier et son rôle au sein de la filière céréales.

T. 06 28 19 19 34



3

## LA FÊTE DES PÂTURAGES

Cubières

[lafetedespaturages.fr](http://lafetedespaturages.fr)

Les paysans vous invitent à découvrir leur métier le 30 juillet au chalet du mont Lozère. Toute la journée, vous côtoierez vaches, veaux, moutons, agneaux, chèvres, chevaux, ânes... et découvrirez de nombreux savoir-faire locaux : fenaison, tonte de brebis, sciage de bois, dressage de chiens de troupeau, etc. Des danses folkloriques, des animations pour les enfants, un marché fermier et un repas campagnard sont également au programme.

# L'ARTICHAUT DU ROUSSILLON

[irqualim.fr](http://irqualim.fr)

L'Artichaut du Roussillon est le seul artichaut en France à bénéficier d'une IGP (Indication Géographique Protégée). Cette reconnaissance confirme l'intensité du lien géographique tissé entre l'artichaut et le Roussillon, ainsi que le savoir-faire des producteurs du territoire. Le légume-fleur est produit au cœur de la plaine du Roussillon, dans les Pyrénées-Orientales (3e département producteur d'artichauts en France). L'Artichaut du Roussillon est précoce : il est le premier artichaut français sur le marché, environ 2 mois avant ceux de Bretagne. Il est caractérisé par des bractées bien serrées, indice de fraîcheur et d'aptitude à la conservation, mais également par sa tendreté et sa douceur. Côté production, la plantation est manuelle et s'effectue en plein champ. La récolte, elle aussi manuelle, est réalisée en plusieurs passages, en fonction de la maturité. Les artichauts sont ensuite conditionnés en colis où ils sont disposés sur une seule couche, puis humidifiés afin d'assurer une meilleure conservation. On dénombre 7 opérateurs habilités : 5 producteurs, 1 producteur-conditionneur et 1 atelier d'agrégation. En 2021, la production s'élevait à 84 tonnes. Sur les étals de vos marchés, vous pourrez trouver des artichauts verts ou violets sous l'appellation Artichaut du Roussillon puisque 5 variétés sont autorisées dans le cahier des charges de l'IGP : Blanc Hyérois ou Macau, Calico, Pop vert, Salambo et Violet VP 45. Variez donc les plaisirs gastronomiques, et ne manquez pas la fête de l'artichaut, qui se déroule traditionnellement dans les Pyrénées-Orientales le 1er mai !



## à découvrir

### 1. LES CHEMINS DE RANDONNÉE

**Cabestany**

[ville-cabestany.fr](http://ville-cabestany.fr)

Partez en balade sur les chemins de Cabestany, à pied ou à vélo. La grande boucle totalise 17 km, tandis que le simple circuit autour du bassin Sainte-Camille compte 2,5 km. Ces chemins balisés et émaillés de panneaux de sensibilisation sur la faune et la flore permettent de mieux comprendre la nature environnante de la plaine du Roussillon : amandiers, vignes, oliviers...

T. 04 68 66 36 00

### LA MONTÉE EN ESTIVES

[respyrem.fr](http://respyrem.fr)



La transhumance est un temps fort, reflet du pastoralisme, ce mode d'élevage ancré dans l'environnement, la valorisation des ressources et le respect des animaux. Des manifestations sont organisées lors de la montée des troupeaux dans les zones d'estives, entre mi-juin et début juillet. L'occasion de partager avec les éleveurs, déguster les produits locaux et de vivre une journée festive. T. 06 38 43 53 90

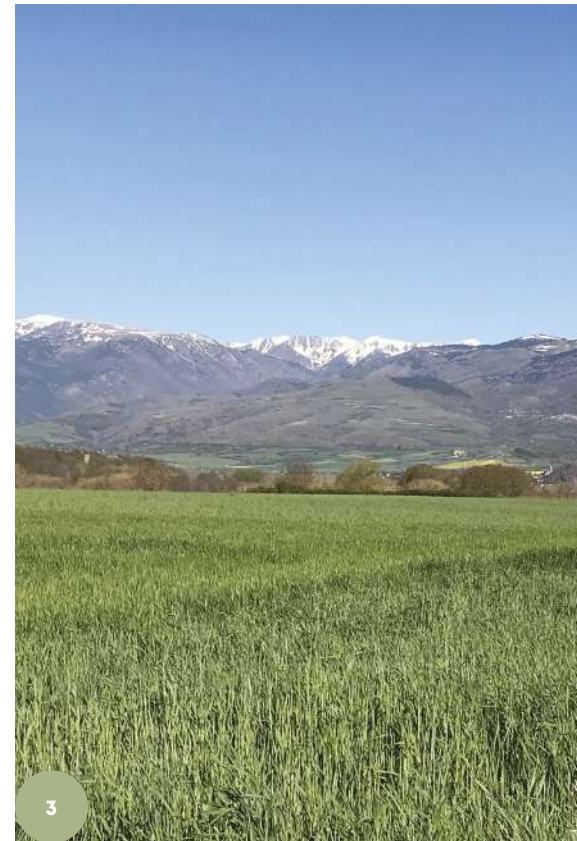


## à visiter

### 2. LE PRIEURÉ DE SERRABONA Boule d'Amont [ledepartement66.fr](http://ledepartement66.fr)



Au sortir du Moyen Âge, l'église, d'abord fortifiée, est finalement abandonnée et sert d'étable. Restauré depuis les années 1960, le prieuré de Serrabona est un chef-d'œuvre de l'art roman et domine aujourd'hui un vaste espace naturel protégé. Sa tribune en marbre et son cloître offrent des sculptures d'une extrême finesse. Les chapiteaux sculptés d'animaux fantastiques permettent une lecture symbolique de l'art roman et de son bestiaire. À découvrir, le jardin méditerranéen et le paysage de forêts et de chênes verts.  
T. 04 68 84 09 30



## à déguster

### 3. LE SENTIER PÉDAGOGIQUE DU MUSÉE DE CERDAGNE Sainte-Léocadie [respyrem.fr](http://respyrem.fr)



Un sentier pédagogique reliant le Musée de Cerdagne, ancien bâti agricole, à la boutique des producteurs locaux. Ah la Laiterie, permet la découverte du patrimoine agricole et crée le lien entre les pratiques d'hier et d'aujourd'hui. À travers les informations proposées tout au long du parcours, partez à la rencontre de cet environnement unique, façonné par l'agriculture de montagne.  
T. 06 38 43 53 90

En partenariat avec le PAT des Pyrénées Catalanes

# LE JAMBON, LE SAUCISSON ET LA SAUCISSE DE LACAUNE

salaisons-lacaune.fr

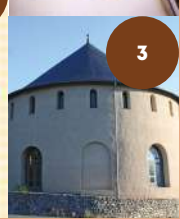
Le « Jambon de Lacaune » et le « Saucisson de Lacaune / Saucisse de Lacaune » perpétuent une tradition ancestrale reconnue Indication Géographique Protégée (IGP) depuis 2015. Ce label garantit l'origine des animaux et le respect des règles traditionnelles de fabrication pour le jambon, le saucisson et la saucisse. Ces salaisons sont issues de porcs bénéficiant d'une alimentation contenant au moins 60 % de céréales et de graines légumineuses rigoureusement sélectionnées. Le jambon, la saucisse et le saucisson ont chacun leur spécificité. Le jambon se reconnaît à son gras blanc et ferme et à sa couleur rouge soutenue. Sa saveur modérément salée est sublimée par sa texture souple, moelleuse et fondante. Les arômes sont équilibrés et délicats, ils laissent librement s'exprimer le goût naturel du jambon sec. Le saucisson est haché gros et subtilement assaisonné, protégé par un boyau naturel. Il présente une alliance de gras et de maigre parfaitement équilibrée. La proportion de viande maigre doit être supérieure ou égale à 80 % et 30 % au minimum des viandes doivent être issues de viandes mûres. Il en va de même pour la saucisse, également hachée gros et dont la proportion de viande maigre doit être supérieure ou égale à 70 %. Le séchage est aussi une étape importante, favorisée par le climat particulier de Lacaune qui bénéficie d'une qualité de l'air et de vents propices à la salaison. Aujourd'hui, 5 salaisoniers habilités IGP perpétuent le savoir-faire et les traditions.

## à déguster

### 1. LE GUIDE DU PATRIMOINE CULINAIRE DU PNR HAUT-LANGUEDOC

parc-haut-languedoc.fr

Dès 2014, le Parc naturel régional du Haut-Languedoc a entamé un travail d'inventaire de toutes les spécialités culinaires de son territoire. Pour que cet héritage perdure et soit partagé avec le plus grand nombre, les



recettes sont regroupées dans un guide. À vos fourneaux ! Le livret : <https://fr.calameo.com/books/000486397459596ba4d51>

## à déguster

### 2. UN PAIN AU BLÉ BARBU DE LACAUNE

parc-haut-languedoc.fr

Le blé barbu de Lacaune est une variété ancienne et locale. Délaissé au profit de variétés plus productives, il existe encore grâce à des paysans passionnés qui l'ont semé et préservé ! Aujourd'hui, paysans, meuniers et boulangers s'associent pour cultiver, récolter, moudre et façonner le pain de blé barbu de Lacaune sur le territoire du Parc du Haut-Languedoc.



## à découvrir

### 3. LA TOUR-SILO DE CALMELS

Lacaune

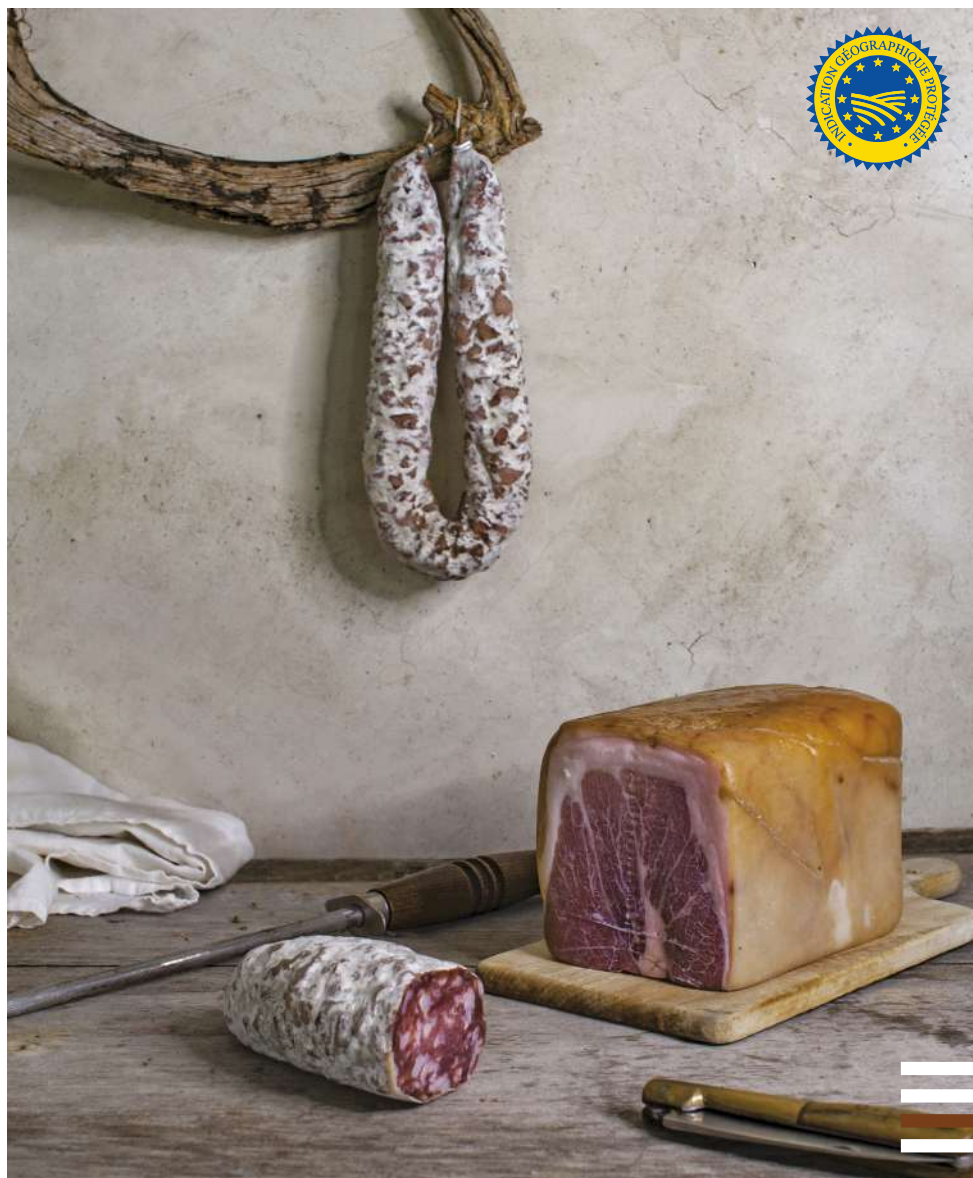
tourisme-montsetlacsenhautlanguedoc.com

Après son mariage en 1838 avec Marie-Louise de Cluzel, propriétaire du château et de la ferme de Calmels, le comte Jacobé de Naurois fait édifier une tour ronde de 77 m de circonférence pour entreposer les grains. Le lieu sert ensuite pour le stockage des fourrages et semble avoir eu un usage épisodique de manège à chevaux. Il est actuellement aménagé en salle polyvalente.

T. 05 32 11 09 45



En partenariat avec le PAT du Pays Haut Languedoc et Vignobles



## LA FÊTE DE LA CHARCUTERIE

Lacaune

[salaisons-lacaune.fr](http://salaisons-lacaune.fr)

Le dimanche 23 juillet 2023, vous êtes invités à participer à la célèbre fête de la charcuterie de Lacaune, au cœur du Parc régional du Haut-Languedoc, non loin des lacs de la Raviège et de la Salvetat. Marché de pays, animations diverses, jambon à la broche, bodega et concert en soirée, tout est organisé pour que vous passiez une bonne journée !

# LE MELON DU QUERCY

[melon-du-quercy.fr](http://melon-du-quercy.fr)

Le terroir du Quercy offre des reliefs vallonnés, des sols argilo-calcaires, et un climat clément et chaleureux, qui sont favorables à la production du Melon du Quercy. L'argile procure une excellente rétention en eau, permettant de réguler la nutrition hydrique de la plante. Les feuillettes d'argile ont aussi la faculté de restituer à la plante les éléments minéraux essentiels à la croissance d'un fruit de bonne qualité. Faisant l'objet d'une attention particulière, le Melon du Quercy est cueilli à maturité, de la mi-juin à la fin septembre, et sélectionné à la main avant d'être conditionné. Cette cucurbitacée locale à la chair très orangée, ferme et fondante à la fois, livre des saveurs sucrées et parfumées. Le melon possède de nombreux atouts nutritionnels. C'est

un fruit peu calorique, riche en vitamines (A, B et C), en minéraux et en fibres. Le Melon du Quercy bénéficie depuis 2004 de l'Indication Géographique Protégée (IGP). Ainsi, sa qualité et son origine sont garanties par un cahier des charges. L'aire géographique de l'appellation se compose d'une partie des départements du Tarn-et-Garonne, du Lot et du Lot-et-Garonne, regroupant 89 producteurs qui cultivent 472 hectares. Quelques astuces pour bien choisir son melon : l'écorce d'un ton mat à légèrement brillant est signe de fraîcheur, les nuances de sa peau doivent tourner légèrement vers le jaune, et la craquelure au niveau du pédoncule confirme sa maturité. Choisir un bon melon, c'est avant tout choisir le Melon du Quercy !



## à déguster

### LE BON, LE BRUT & LES GOURMANDS

**Saint-Étienne de Tulmont**  
[paysmidiquercy.fr](http://paysmidiquercy.fr)



Plus de 50 producteurs du Pays Midi Quercy se sont regroupés pour vous proposer leurs meilleurs produits dans le magasin « Le bon, le brut & les gourmands ». Leur objectif est de faire vivre une agriculture paysanne, locale, équitable et durable. Vous trouverez sur place tous les mets dont vous rêvez.

T. 05 63 28 34 98



## à visiter

### L'ABBAYE DE BELLEPERCHE

**Cordes-Tolosannes**  
[belleperche.fr](http://belleperche.fr)

L'abbaye de Belleperche a eu, pendant longtemps, vocation d'hôtellerie pour une clientèle de haut rang. Aujourd'hui, les installations destinées à cette fonction ont été entièrement conservées : chambres d'hôtes, immense galerie de desserte, escaliers d'honneur, appartements de réception d'hiver et d'été, cuisine, réfectoire. L'ancienne hôtellerie abrite également le Musée des Arts de la table.

T. 05 63 95 62 75



## à découvrir

### LE PARCOURS D'INTERPRÉTATION DU PATRIMOINE

**Lauzerte**  
[quercy-sud-ouest.com](http://quercy-sud-ouest.com)



Village de caractère au cœur de l'appellation Chasselas de Moissac et Melon du Quercy, Lauzerte abrite de nombreuses richesses patrimoniales. Partez à leur découverte à travers un parcours d'interprétation du patrimoine ponctué de 21 étapes. Le village n'aura plus de secret pour vous.

T. 05 63 94 61 94



31

### RECETTE "TEA TIME AU MELON DU QUERCY" [melon-du-quercy.fr](http://melon-du-quercy.fr)

**Ingrédients :** 600g de raisin, 1 Melon du Quercy IGP, des biscuits de votre choix. Mixer le melon, conserver quelques petits cubes. Egrainer et mixer les raisins puis filtrer dans une passoire fine. Verser les 2 jus successivement dans un verre. Disposer une brochette de dés de melon sur le verre. Accompagner avec des biscuits moelleux ou secs.

Recette proposée par le Lycée Hôtelier Quercy Périgord Souillac.

# L'agriculture en Occitanie

## LES SIGNES DE QUALITÉ ET D'ORIGINE

Il existe pour les produits alimentaires plusieurs signes officiels d'origine et de qualité validés par l'État. Des logos figurent sur les produits, vous permettant de les identifier facilement :



### Label Rouge

Ce signe garantit une qualité supérieure par rapport au produit standard. Comment ? Grâce à des conditions plus exigeantes, un suivi régulier et des tests sensoriels.



### AOC/AOP

Avec une AOC (Appellation d'Origine Contrôlée) ou une AOP (Appellation d'Origine Protégée), le produit dit d'où il vient : son nom est celui d'un lieu emblématique de son territoire d'origine. Depuis la matière première jusqu'au produit fini, toutes les étapes de son élaboration sont réalisées dans ce territoire. L'AOC protège la dénomination sur le territoire français et l'AOP dans toute l'Union européenne.



### IGP

L'IGP (Indication Géographique Protégée) témoigne d'un univers et vient consacrer un savoir-faire ancré dans un territoire. Les spécificités du produit sont liées au lieu géographique dans lequel se déroule au moins sa production, son élaboration ou sa transformation.



### AB

Un produit Agriculture Biologique est issu d'une agriculture sans traitement chimique de synthèse, ni OGM. Ce mode de production est respectueux de l'environnement et du bien-être des animaux.

## DIRECTION RÉGIONALE DE L'ALIMENTATION, DE L'AGRICULTURE ET DE LA FORÊT (DRAAF) OCCITANIE

Politique publique de l'alimentation  
sral-pna.draaf-occitanie@agriculture.gouv.fr

Bio et Siqo  
bio.draaf-occitanie@agriculture.gouv.fr

[draaf.occitanie.agriculture.gouv.fr](http://draaf.occitanie.agriculture.gouv.fr)



Site de Toulouse  
Siège de la DRAAF  
Cité Administrative - Bât E  
Boulevard Armand Duportal  
31074 Toulouse cedex

Site de Montpellier  
697 avenue Étienne Méhul  
CA Croix d'Argent - CS 90077  
34078 Montpellier cedex 3

TOME 9 - 2023