

# Manger de saison en AOÛT



“

C'est le mois d'août qui donne le bon goût.

Dicton populaire

”

## Fruits

abricot - cassis - cerise  
fraise - framboise - melon  
nectarine - myrtille - mirabelle  
mûre - pêche - pomme  
poire - prune - pruneau

## Légumes

artichaut - aubergine - betterave  
céleri - chou-fleur - côte de blette  
courge - courgette - oignon

## Champignons

cèpe - girolle - pied bleu

## Viandes

canard - lapin  
sanglier  
poule - poulet  
pintade - pigeon

## Fromages

Beaufort  
Bresse-Bleu  
Cantal - Époisses  
Emmental  
mimolette  
mozzarella  
parmesan  
ricotta - tomme

## Poissons

anchois  
dorade grise  
maquereau  
raie  
sardine  
saumon  
truite  
thon blanc

## Crustacés

crevettes  
homards  
écrevisses  
langoustes  
langoustines

Fruits

Légumes

Viandes

Fromages

Poissons

