

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

Poissons

anchois
dorade grise
maquereau
raie
sardine
saumon
truite
thon blanc

Crustacés

crevettes
homards
écrevisses
langoustes
langoustines

Fromages

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

Fruits

Légumes

Poissons

Viandes

Fromages

