

JANVIER

FRUITS

Kaki, kiwi, **pomme**

LÉGUMES

Ail violet, betterave, brocoli, carotte, chou (de Bruxelles, frisé, rave), chou-fleur, courge (local), épinard, fenouil, **haricot lingot**, navet, **oignon**, panais, poireau, poirée, **pomme de terre**, radis, radis noir, salade (laitue, mâche, scarole, frisée), salsifis, **truffe (tuber melanosporum)**

AROMATES

Persil

POISSONS ET MOLLUSQUES

Crevette rose, dorade, huître, merlu, poulpe de roche, seiche, **truite**

VIANDES

Agneau, bœuf, mouton, **œuf**, **porc**, **volaille**

PRODUITS TRANSFORMÉS

Miel, plantes à parfum aromatiques et médicinales, produits à base de céréales, produits laitiers, fromage écu-écusson, produits transformés à base de fruits/légumes, jus de fruits, huile d'olive, produits truffés

FÉVRIER

FRUITS

Kiwi, **pomme**

LÉGUMES

Ail violet, betterave, carotte, céleri branche, chou-fleur, chou (de Bruxelles, frisé, rave), courge, épinard, fenouil, **haricot lingot**, navet, panais, poireau, poirée, radis, radis noir, salade (laitue, mâche, scarole, frisée), salsifis, **truffe (tuber melanosporum)**

AROMATES

Persil

POISSONS ET MOLLUSQUES

Crevette rose, huître, merlu, poulpe de roche, seiche, sole, **truite**

VIANDES

Agneau, bœuf, mouton, **œuf**, **porc**, **volaille**

PRODUITS TRANSFORMÉS

Miel, plantes à parfum aromatiques et médicinales, produits à base de céréales, produits laitiers, fromage écu-écusson, produits transformés à base de fruits/légumes, jus de fruits, huile d'olive, produits truffés

MARS

FRUITS

Pomme

LÉGUMES

Artichaut, **asperge**, betterave, carotte, céleri branche, chou-fleur, chou (frisé, rave), épinard, fenouil, **haricot lingot**, navet, panais, poireau, poirée, radis, salade (laitue, mâche), salsifis

AROMATES

Persil

POISSONS ET MOLLUSQUES

Crevette rose, dorade, huître, merlu, poulpe de roche, raie, sole, **truite**

VIANDES

Agneau, bœuf, mouton, **œuf**, **porc**, **volaille**

PRODUITS TRANSFORMÉS

Miel, plantes à parfum aromatiques et médicinales, produits à base de céréales, produits laitiers, fromage écu-écusson, produits transformés à base de fruits/légumes, jus de fruits, huile d'olive, produits truffés

AVRIL

FRUITS

Fraise, **pomme**

LÉGUMES

Artichaut, **asperge**, betterave, carotte, céleri branche, chou (frisé, rave), courge, fenouil, **haricot lingot**, navet, radis, salade (laitue, mâche, roquette), pois

AROMATES

Ciboulette, persil

POISSONS ET MOLLUSQUES

Anchois, crevette rose, dorade, huître, merlu, raie, sole, **truite**

VIANDES

Agneau, bœuf, mouton, **œuf**, **porc**, **volaille**

PRODUITS TRANSFORMÉS

Miel, plantes à parfum aromatiques et médicinales, produits à base de céréales, produits laitiers, fromage écu-écusson, produits transformés à base de fruits/légumes, jus de fruits, huile d'olive, produits truffés

MAI

FRUITS

Cerise, fraise, **pomme**

LÉGUMES

Asperge, betterave, carotte, céleri branche, chou (rave, frisé), épinard, fenouil, fève, **haricot lingot**, navet, pois radis, salade (laitue)

AROMATES

Basilic, ciboulette, coriandre, persil

POISSONS ET MOLLUSQUES

Anchois, maquereau, poulpe, sardine, **truite**

VIANDES

Agneau, bœuf, mouton, **œuf**, **porc**, **volaille**

PRODUITS TRANSFORMÉS

Miel, plantes à parfum aromatiques et médicinales, produits à base de céréales, produits laitiers, fromage écu-écusson, produits transformés à base de fruits/légumes, jus de fruits, huile d'olive, produits truffés

JUIN

FRUITS

Abricot, **amande**, **cerise**, fraise, **melon**, nectarine, pêche

LÉGUMES

Betterave, carotte, chou (blanc, frisé, rave), concombre, fève, **haricot lingot**, navet, pois, poivron, salade (laitue, roquette), tomate, **truffe (aestivum)**

AROMATES

Basilic, ciboulette, coriandre

POISSONS ET MOLLUSQUES

Capelan, huître, merlu, raie, poulpe de vase, sardine, **truite**

VIANDES

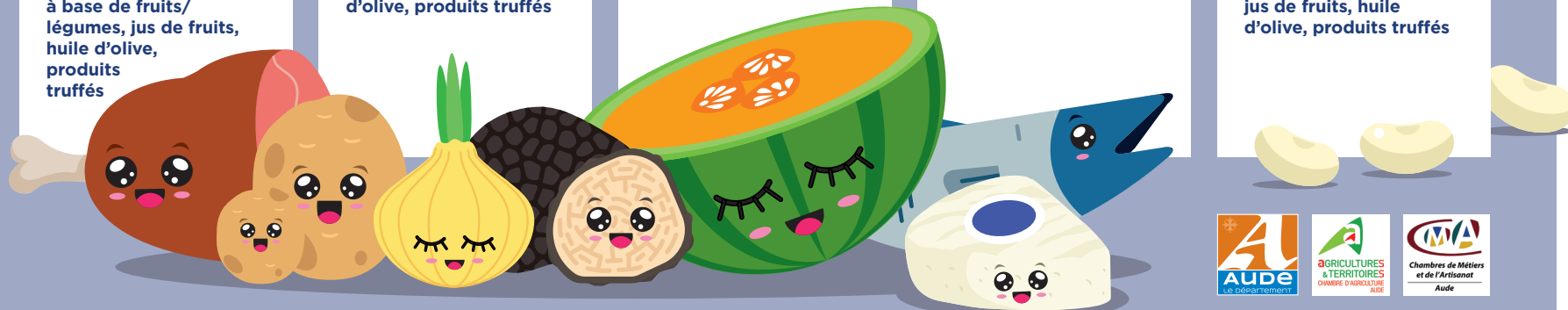
Agneau, bœuf, mouton, **œuf**, **porc**, **volaille**

PRODUITS TRANSFORMÉS

Miel, plantes à parfum aromatiques et médicinales, produits à base de céréales, produits laitiers, fromage écu-écusson, produits transformés à base de fruits/légumes, jus de fruits, huile d'olive, produits truffés

LÉGENDE

Produits locaux
Produits Pays Cathare®



JUILLET

FRUITS

Abricot, **amande**, **cerise**, fraise, framboise, **melon**, mûre, nectarine, pêche

LÉGUMES

Ail, ail violet, aubergine, betterave, carotte, concombre, courgette, chou blanc, échalote, fenouil, **haricot lingot**, navet, oignon (jaune, rouge), pâtisson, poirée, poivron, **pomme de terre**, salade (laitue, roquette), tomate, **truffe (aestivum)**

AROMATES

Basilic, ciboulette, coriandre, persil

POISSONS ET MOLLUSQUES

Capelan, chinchard, encornet rouge, huître, maquereau, merlu, raie, poulpe de vase, sardine, **truite**

VIANDES

Agneau, bœuf, mouton, **œuf**, **porc**, **volaille**

PRODUITS TRANSFORMÉS

Miel, plantes à parfum aromatiques et médicinales, produits à base de céréales, produits laitiers, fromage écu-écusson, produits transformés à base de fruits/légumes, jus de fruits, huile d'olive, produits truffés

AOÛT

FRUITS

Amande, cassis, figue, fraise, framboise, groseille, **melon**, nectarine, pêche, poire, **pomme**, prune, pruneau, noix, raisin

LÉGUMES

Ail, ail violet, aubergine, betterave, carotte, concombre, courgette, chou blanc, échalote, fenouil, **haricot lingot**, navet, oignon (jaune, rouge), pâtisson, poireau, poirée, pois chiche, poivron, **pomme de terre**, salade (laitue), tomate, **truffe (aestivum)**

AROMATES

Basilic, ciboulette, coriandre, persil

POISSONS ET MOLLUSQUES

Capelan, chinchard, encornet rouge, huître, maquereau, merlu, raie, poulpe de vase, sardine, **truite**

VIANDES

Agneau, bœuf, mouton, **œuf**, **porc**, **volaille**

PRODUITS TRANSFORMÉS

Miel, plantes à parfum aromatiques et médicinales, produits à base de céréales, produits laitiers, fromage écu-écusson, produits transformés à base de fruits/légumes, jus de fruits, huile d'olive, produits truffés

SEPTEMBRE

FRUITS

Figue, fraise, framboise, **melon**, nectarine, pêche, poire, **pomme**, prune, pruneau, noix, raisin

LÉGUMES

Ail violet, aubergine, betterave, carotte, céleri branche, chou blanc, concombre, échalote, fenouil, **haricot lingot**, navet, **oignon (jaune, rouge)**, panais, pâtisson, poirée, poireau, pois chiche, poivron, **pomme de terre**, potimarron, salade (laitue, scarole, frisée), tomate

AROMATES

Ciboulette, basilic, coriandre

POISSONS ET MOLLUSQUES

Anchois, anguille, chinchard, dorade, encornet rouge, huître, maquereau, merlu, raie, rouget, poulpe de vase, sardine, **truite**

VIANDES

Agneau, bœuf, mouton, **œuf**, **porc**, **volaille**

PRODUITS TRANSFORMÉS

Miel, plantes à parfum aromatiques et médicinales, produits à base de céréales, produits laitiers, fromage écu-écusson, produits transformés à base de fruits/légumes, jus de fruits, huile d'olive, produits truffés

OCTOBRE

FRUITS

Châtaigne, coing, kaki, olive, noix, prune, figue, poire, raisin, figue, fraise, framboise, **melon**, nectarine, pêche, poire, **pomme**, prune, pruneau, noix, raisin

LÉGUMES

Ail violet, artichaut, betterave, carotte, céleri branche, champignon (cèpe), chou de Bruxelles, chou-fleur, concombre, épinard, fenouil, **haricot lingot**, navet, **oignon**, panais, poireau, poirée, poivron, potimarron, **pomme de terre**, radis, radis noir, salade (laitue, roquette, scarole, frisée), salsifis, tomate

AROMATES

Basilic, ciboulette, coriandre, safran

POISSONS ET MOLLUSQUES

Anchois, anguille, dorade, encornet rouge, huître, merlu, rouget, poulpe de roche, **truite**

VIANDES

Agneau, bœuf, mouton, **œuf**, **porc**, **volaille**

PRODUITS TRANSFORMÉS

Miel, plantes à parfum aromatiques et médicinales, produits à base de céréales, produits laitiers, fromage écu-écusson, produits transformés à base de fruits/légumes, jus de fruits, huile d'olive, produits truffés

NOVEMBRE

FRUITS

Châtaigne, kaki, kiwi, olive, noix, **pomme**, raisin

LÉGUMES

Ail violet, artichaut, betterave, carotte, céleri branche, champignon (cèpe), chou-fleur, chou (de Bruxelles, frisé, rave), épinard, fenouil, **haricot lingot**, navet, **oignon**, panais, poireau, poirée, potimarron, **pomme de terre**, radis, radis noir, salade (laitue, roquette, scarole, frisée), salsifis

AROMATES

Basilic, persil

POISSONS ET MOLLUSQUES

Anguille, bar, crevette rose, dorade, huître, merlu, rouget, poulpe de roche, **truite**

VIANDES

Agneau, bœuf, mouton, **œuf**, **porc**, **volaille**

PRODUITS TRANSFORMÉS

Miel, plantes à parfum aromatiques et médicinales, produits à base de céréales, produits laitiers, fromage écu-écusson, produits transformés à base de fruits/légumes, jus de fruits, huile d'olive, produits truffés

DÉCEMBRE

FRUITS

Châtaigne, kaki, kiwi, olive, **pomme**

LÉGUMES

Ail violet, betterave, brocolis, carotte, chou-fleur, chou (de Bruxelles, frisé, rave), épinard, **haricot lingot**, navet, **oignon**, panais, poireau, poirée, **pomme de terre**, radis, radis noir, salade (laitue, roquette, scarole, frisée), salsifis, **truffe (tuber melanosporum)**

AROMATES

Basilic, persil

POISSONS ET MOLLUSQUES

Anguille, bar, crevette rose, huître, merlu, poulpe de roche, **truite**

VIANDES

Agneau, bœuf, mouton, **œuf**, **porc**, **volaille**

PRODUITS TRANSFORMÉS

Miel, plantes à parfum aromatiques et médicinales, produits à base de céréales, produits laitiers, fromage écu-écusson, produits transformés à base de fruits/légumes, jus de fruits, huile d'olive, produits truffés

LÉGENDE

Produits locaux
Produits Pays Cathare®

