

Ouêêêêê **MAG**

Notre région, **notre chèvre.**



La grande tablée
Découvrez
la diversité de nos
fromages !



Poitou-Charentes
et Pays de la Loire
Ces
producteurs
qui font vivre
notre région



Qui veut
une tarte ?
Cake,
quiches,
salades
et compagnie



1

On aime son incroyable diversité

Toutes les formes sont les bienvenues ! Et chacune offre un goût, une texture, qui plaisent aux petits comme aux grands.

ET VOUS LEQUEL PRÉFÉREZ-VOUS ?

Une vraie boîte... à idées

On le connaît moins, pourtant son onctuosité et sa souplesse en bouche en font l'un des fromages les plus accessibles à tous, en particulier des enfants.

Démarche "Signé Poitou-Charentes" en cours.

Plus de 50 fromages de chèvre différents sont fabriqués dans notre région. Sans compter tous les chèvres fermiers.

CHOISISSEZ LE VÔTRE !

Demande d'AOP en cours.



LA STAR

Le Mothais sur feuille, remporte la palme du goût et de la tradition. Il est affiné sur une feuille de châtaignier ou de platane. Sa texture est fondante. Il développe des arômes de crème, de noisette, de paille humide et de champignon lorsqu'il est plus affiné.



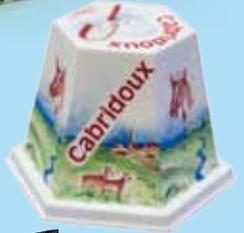
le chouchou

Le Chabichou du Poitou fait partie du club très prisé des Appellations d'Origine Protégée (AOP). Lorsque le fromage est jeune, le goût est doux avec un caractère lactique. Après affinage prolongé, la pâte devient cassante, le goût chèvre se révèle plus marqué et l'on perçoit quelquefois des arômes de fruits secs.



BÛCHE DE CHÈVRE ET BÛCHETTE

On le savoure en tranches. Sous sa fine croûte douce et veloutée, son cœur, qu'il soit onctueux ou friable, est apprécié. Sous le grill, il croustille et fond sur les tartines, pizzas, gratins ou tartes.



CHÈVRE FRAIS

Familial, il remplace la crème fraîche pour une quiche originale, un plat de légumes, un cake de poisson. Complice des mixtures créatives de dernière minute, comme les mousses, beurres et farces, il se savoure aussi simplement tartiné.



2

ON L'AIME DE 1000 FAÇONS

À L'APÉRO PIQUEZ-MOI

Amuse-bouche et amuse-moi !
A l'heure de l'apéro ou pour une fête, on peut les disposer sur un plateau, une belle assiette, une fine plaque d'ardoise.



NATURE Mangez-MOI...



CHÈVRE BOÎTE ET SON VERRE DE VIN

Chèvre en boîte /
Beurre AOP Charentes-Poitou /
Vin Rouge des Charentes (IGP).



UNE BÛCHE DE CHÈVRE

ACCOMPAGNÉE DE FIGUES

Bûchette affinée 180 g / Vin blanc sec /
Huile vierge de tournesol Signé Poitou-Charentes /
Figs / Branches de mâche fraîche /
Fleur de sel de l'Île-de-Ré.

POUR VOTRE SANTÉ, PRATIQUEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE.
WWW.MANGERBOUGER.FR



EN PLAT CUISINEZ-moi



GRATIN DE POMMES DE TERRE AU CHÈVRE BOÎTE

Chèvre-boîte mœlleux /
Pommes de terre (Charlottes) /
Lait entier / Gousse d'ail /
Feuille de laurier / Clous de girofle / Noix de muscade /
Beurre Charentes-Poitou.



FINES TAGLIATELLES À LA BÛCHE DE CHÈVRE

Bûche de chèvre / Tagliatelles /
Petits pois écossés / Asperges vertes / Courgettes /
Beurre Charentes-Poitou / Feuilles de basilic.

QUICHE CHÈVRE FRAIS ET ÉPINARD EN BRANCHE

Chèvre frais très égoutté /
Branches d'épinard /
Bouquet de ciboulette /
Oeufs / Lait entier /
Noix de muscade / Cannelle /
Beurre Charentes-Poitou AOP.



EN SALADE Mélangez-MOI...



CHABICHOU DU POITOU ET À LA COMPOTÉE D'ÉCHALIONS

Chabichou du Poitou (AOP)
sur une tartine de pain / Échalions /
Beurre AOP Charentes-Poitou /
Pineau Rouge des Charentes (AOC).
Variante : tomates séchées, poivrons,
olives, miel.



CHÈVRE GRILLÉ EN SALADE

2 fromages frais ou sec selon votre préférence /
Cœur de chicorée frisée / Huile de noix /
Vinaigre de vin blanc / Tranches de pain de mie /
Gousse d'ail.



CHABICHOU DU POITOU ET AUX RADIS ROUGES

Chabichou du Poitou (AOP) sur tranches de pain /
Huile vierge de tournesol Signé Poitou-Charentes /
Gousse d'ail / Radis rouges /
Branches de thym frais / Fleur de sel de l'Île-de-Ré.

Davantage de recettes sur :
www.fromagesdechèvre.com
et www.irqua.com

3 ON AIME SES ATOUTS POUR LA SANTÉ

Les produits à base de lait de chèvre apportent **du calcium, du phosphore, des vitamines (A et B) et de nombreux oligo-éléments (zinc, iode...)**.

Ils se digèrent particulièrement bien grâce à une teneur exceptionnelle en acides gras courts.

Ils contiennent des peptides biologiques dont **les propriétés (antimicrobiennes, antihypertensives...)** font l'objet de nombreux travaux.

Avec les autres produits laitiers, les fromages de chèvre participent au bon équilibre de notre alimentation.

ET PUIS,
C'EST TOUT
SIMPLEMENT
BON.

4 ON AIME SES RECETTES FACILES



OMELETTE AU MOTHAIS SUR FEUILLE

Mothais sur feuille / Œufs / Poireau / Aneth / Sel, poivre.



CHÈVRE-BOÎTE RÔTI

Chèvre-boîte / Papier sulfurisé.



TOMATES FARCIES CHÈVRE

Chabichou affiné du Poitou (AOC) / Huile vierge de tournesol Signé Poitou-Charentes / Gousse d'ail / Chapelure / Persil ciselé / Basilic ciselé.



VERRINES DE FAISSELLE AU KIWI

Faisselle / Kiwi / Sucre / Beurre AOP Charentes-Poitou.

TARTE FROMAGÈRE

Fromages de chèvre frais / Œufs / Sucre / Farine / Pâte brisée.



JETONS DE CHÈVRE

À LA CERISE

2 fromages frais ou sec selon votre préférence / Confiture de cerises / Pain complet.





5

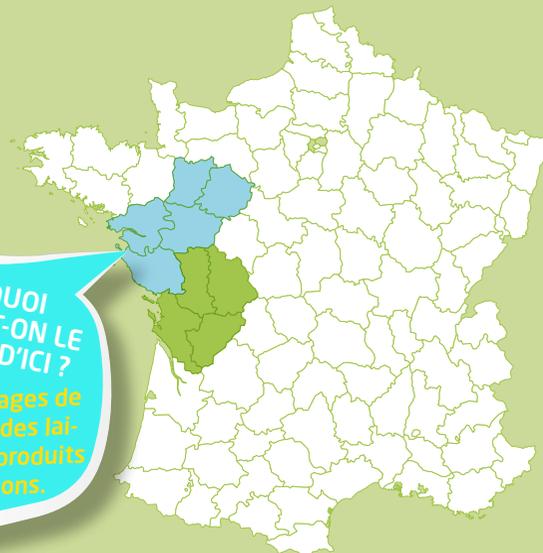
On l'aime parce qu'il préserve notre région

Quels départements font partie de notre terroir ?

DEUX-SÈVRES
CHARENTE
CHARENTE-MARITIME
VIENNE
VENDÉE
MAINE ET LOIRE
LOIRE-ATLANTIQUE
MAYENNE
SARTHE

POURQUOI PRÉFÈRE-T-ON LE FROMAGE D'ICI ?

75% des fromages de chèvre fabriqués par des laiteries en France sont produits dans nos deux régions.



Acheter du chèvre d'ici, c'est encourager une formidable aventure humaine, environnementale, et économique.

Depuis 10 ans, la production n'a cessé de croître, et aujourd'hui **80% des ménages achètent du chèvre couramment**. Il s'agit d'une force à cultiver pour notre avenir.

Nos producteurs ont besoin de votre consommation pour garder cette place unique en France. **Et en plus, acheter ce qui est près de chez nous, cela réduit les transports, donc les émissions de CO2...**

PAS D'HÉSITATION, ON EST DANS LE BON

« On connaît tous quelqu'un qui travaille dans la filière ! »

Les régions Poitou-Charentes et Pays de la Loire forment le premier bassin de production de lait de chèvre en France et en Europe ! 1600 exploitations livrent leur lait à des laiteries-fromageries. 250 exploitations fermières transforment le lait qu'elles produisent. De près ou de loin, on a tous une personne de notre entourage qui participe à cette dynamique locale.

L'ÉLEVAGE FAIT VIVRE LES TERRITOIRES RURAUX



ACLCCP
Association Centrale des
Laiteries Coopératives de
Charentes-Poitou

Davantage
d'informations sur :
www.terredeschèvres.fr