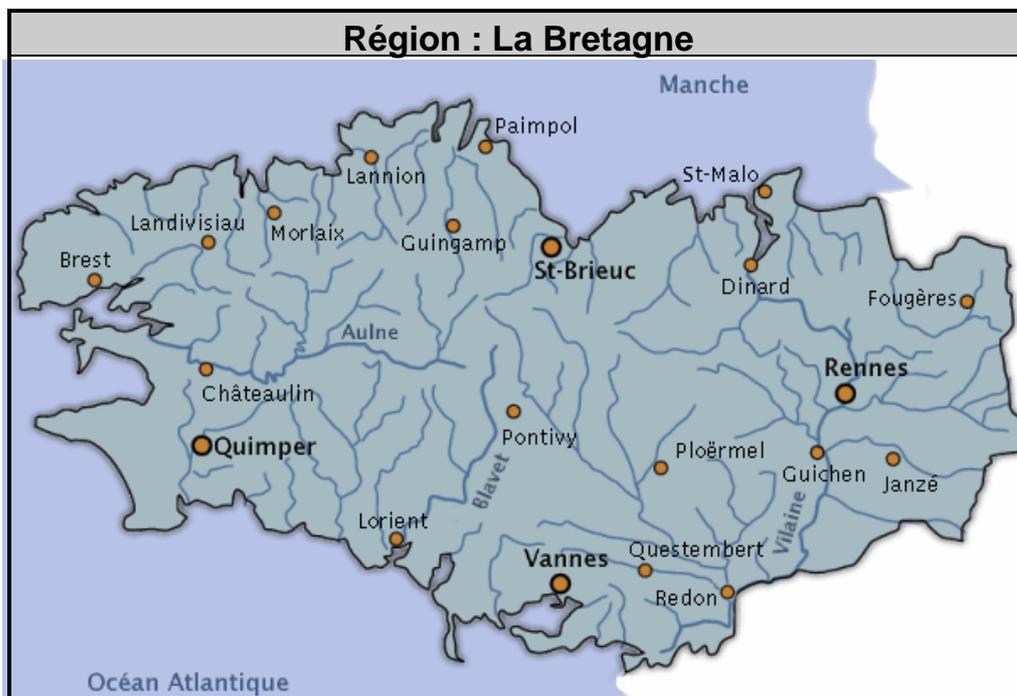


La gastronomie régionale Française



Données locales

Superficie : :27 200 km²
Population : 2 796 000 h
Agriculture : pêche, élevage (surtout porc), maraîcher

Produits bruts régionaux

Pêche	Bar, sardine, thon, araignée de mer, coquilles St-Jacques, étrilles, homard, langouste, tourteau, bigorneaux, huîtres (Belon, Cancale, Paimpol), Demoiselles du Guilvinec (Langoustines)
Végétaux	Artichaut camus, chou-fleur, oignon de Roscooff, PdeT primeur, Haricot coco de Paimpol, échalote, fraises de Plougastel, Marron de Redon, Reinette d'Armorique.
Animaux	Chapon de Janzé, Poule de Rennes

Situation géographique :

Située à l'extrême Ouest de la France, la Bretagne recouvre entièrement le massif armoricain. Départements : Finistère (29), Côtes d'Armor (22), Ille et vilaine (35), Morbihan (56).

Généralités :

La région a toujours été réputée pour la qualité de ses légumes et fruits primeurs et pour la qualité de ses crustacés. La Bretagne est aussi le pays de la pêche et ses eaux de qualité renferment une très grande variété de poissons. Le climat est généralement doux et océanique, les écarts de température sont faibles.

A.O.C., I.G.P. et labels (source Ministère Agriculture)

A.O.C. I.G.P. et Labels Rouges :

- Coquilles Saint-Jacques des Côtes d'Armor (IGP Côtes d'Armor)
- Veau de boucherie nourri au lait entier /Bretanin/ Tradition /Tradiveau
- Viande bovine de race charolaise / Charolais Label Rouge
- Lapin Paille d'Orée
- Porc fermier de Bretagne
- Poulet, Dinde, Porc, Chapon, Pintade, Poulet noir, Poularde d'Argoat (IGP Bretagne)
- Charcuteries fraîches et cuites, saucisse fraîche ou fumée, saucisson cuit à l'ail, Oeufs, (Argoat, Label)
- Poulet, Chapon, pintade et Dinde de Janzé (IGP Janzé)
- Veau fermier nourri au lait entier de Tendriade (Label)
- Coco de Paimpol (A.O.C.)
- Andouille de Guéméné (A.O.C.)

Boissons locales

Cidre pur jus de variété Guillevic (Label Rouge)
 Cidre de Cornouaille (Quimper) AOC
 Cidre de Bretagne (IGP Bretagne)
 Hydromel, Chouchen (hydromel)
 Eau de Plancoët
 Lambic (eau de vie de pomme)

Spécialités régionales

Pâtés Bretons et Rennais
 Jambon de Morlaix
 Beurre salé, lait ribo

Pâtisserie, boulangerie :
 Gochtial (Pain brioché), crêpe dentelle, Galette de blé noir, Palet, Gâteau et galette Bretonne, Kouign-Amann, Pain plié, Pain de Morlaix, Niche de Quiberon (confiserie)

Fromages

Saint Paulin
 Fromage de Campénéac

Spécialités culinaires (exemples)

Entrées

- Artichauts à la Rennaise
- Pâté Breton
- Plateaux de fruits de mer

Plats

- Araignée de mer farcies
- Homard à la Morbihannaise
- Cotriade (poissons en court bouillon)
- Kig Ha Farz (pot au feu Breton)

Desserts

- Far aux pruneaux
- Salade de fraises de Plougastel au vin rouge
- Gâteau de marrons de Rieux
- Craquelins de St-Malô

Quelques bonnes tables

Jacques Thorel : L'Auberge Bretonne
Jane et Olivier Roellinger : Maison de Bricourt
L'atlandide à Nantes, Castel Marie Louise à la Baule

Divers, pour information

Kouign-Amann :
 Longtemps gardée secrète par les boulangers, le Kouign-Amann est une spécialité élaborée à partir d'une pâte à pain dans laquelle on introduit du beurre frais et du sucre. La recette est d'origine Douardennaise.

Le blé noir :
 Le blé noir ne trouve pas ses origines en Bretagne, c'est une céréale importée au XV^{ème} siècle, elle y fût cultivée pour prévenir des famines. Son nom de farine de Sarrasin vient des croisades et les bretons en firent de délicieuses galettes salées. qui se consomment avec diverses farces.