

# La gastronomie régionale Française

## Région : Centre



### Données locales

Superficie : 39.100 km<sup>2</sup>  
 Population : 13.420.000 hab  
 Agriculture : céréales (blé, maïs), élevage bovin

### Produits bruts régionaux

<b>Pêche</b>	Carpe, alose, anguille, gardon, tanche, anguille, brochet, sandre
<b>Végétaux</b>	<u>Fruits :</u> Melon, poire, fraise, pomme, coing, prune <u>Légumes :</u> Asperge, céleri, navet, petit pois, crosne, haricot vert, salades variées, pomme de terre, truffe, basilic <u>Champignons sauvages :</u> Mousseron, girolles, cèpes, morilles, rosé des prés
<b>Animaux</b>	<u>Volailles :</u> Geline de Touraine, canard, pintade <u>Gibier :</u> Chevreuil, faisan, lapin de garenne, sanglier, caille, perdrix, bécasse
<b>Autres</b>	Miel du Gâtinais, miel du Berry

### Spécialités culinaires (exemples)

#### Entrées

- Citrouillat (tourte à la citrouille)
- Potage d'asperges
- Soupe aux orties
- Soupe au chou
- Terrine de lapin
- Pâté de Chartres

#### Plats

- Carpe à la Chambord
- Brochet de Loire au beurre blanc
- Ballottines d'anguilles au Pouilly
- Brochet solognot au foin
- Faisan au chou
- Pot au feu du braconnier
- Langue de porc à l'Orléanaise
- Gigot braisé de sept heures
- Gazette aux pommes de terre
- Potée de lentilles vertes du Berry

#### Desserts

- Poirat (tourte aux poires)
- Pithiviers
- Tarte Tatin
- Cotignac
- Financiers de Sully

### Quelques bonnes tables

- Auberge du Cheval Blanc à Bléré
- Auberge des Templiers aux Bézards
- Grand Hôtel du Lion à Romorantin

### Divers, pour information

**Les vinaigres d'Orléans :**  
 Orléans fût longtemps la capitale du vinaigre avec plus de 300 vinaigrieres à son apogée. La réputation de ses vinaigres commença au moyen âge, mais les guerres et une demande importante des vinaigres bon marché auront raison de cette industrie locale. Il ne reste qu'une seule vinaigrierie qui perpétue un savoir faire ancestral d'un vinaigre veilli en fût de chêne.

### Situation géographique :

La région couvre 6 départements au centre de la France: cher (18), Eure et Loir (28), Indre (36), Indre et Loir (37), Loir et Cher (41) et Loiret (45)

### Généralités :

C'est une région riche de forêts, d'étangs et de plaines céréalières et cette variété de paysages a fortement marqué la gastronomie locale. Les forêts où le gibier prolifère sont le théâtre des grandes chasses Françaises, les étangs et sols sablonneux favorisent la culture de l'asperge, les rivières apportent les anguilles, aloses, lamproies, brochets et carpes. Les plaines céréalières ont fait la réputation du miel du gâtinais à cause des plantes fourragères (le safoin) que l'on y plantait et qui offrent une fleur au parfum spécifique. A noter que la région cultive le safran mais la production demeure très faible.

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

#### I.G.P. et Labels Rouges :

- Poulet, pintade, dinde, chapon, poularde fermiers (IGP Orléanais)
- lentilles vertes du Berry (IGP Berry)

### Fromages (\*AOC)

- Crottins de Chavignol \*
- Pouligny Saint Pierre \*
- Selles sur Cher \*
- Ste Maure de Touraine \*
- Valençay \*
- Chécy
- Olivet
- Feuille de Dreux

### Boissons locales

- La région possède un vignoble qui fait partie du vignoble du val de Loire, où de nombreux vins de qualité sont élaborés (consultez le cours sur la région viticole).
- Kirsch du Blanc
- Eau-de-vie de poire d'Olivet

### Spécialités régionales

- Charcuteries :**
- Andouillette de Jargeau, pâté Berrichon.
- Boulangerie, pâtisserie :**
- Croquet d'Issoudun, financier de Sully, sablé de Nançay.
- Confiseries :**
- Maspain d'Issoudun, cotignac d'Orléans, prasline de Montargis, forestine de Bourges.
- Autres spécialités :**
- Huile de noix du Berry, vinaigre d'Orléans

### Accords mets et vins locaux

- **Apéritif** -> Vouvray (liquoreux), Montlouis mousseux
- **Potage d'asperges** -> Cour-Cheverny (blanc)
- **Terrine de lapin** -> Reuilly (blanc)
- **Brochet de Loire au beurre blanc** -> Sancerre
- **Faisan au chou** -> Touraine (rouge)
- **Pot au feu du braconnier** -> St-Nicolas de Bourgueil
- **Pithiviers** -> Vouvray mousseux
- **Tarte Tatin** -> Montlouis mousseux
- **Digestif** -> Eau de vie de poire d'Olivet