

LA SAISONNALITÉ DES PRODUITS LOCAUX

La Loire-Atlantique propose une grande diversité de cultures de qualité, pourquoi s'en priver ?

L'approvisionnement local présente de nombreux avantages. Il contribue à la **réduction des kilomètres parcourus**, participe à l'**emploi local** et au **dynamisme des territoires**... son impact positif sur l'environnement est d'autant plus marqué qu'il se focalise sur les produits de saison moins énergivores.

Se fournir chez les producteurs du département permet de participer au **maintien des bassins de production** et de **mettre en valeur leur travail**.

La promotion des produits locaux permet également de **redécouvrir les saisons**. S'approvisionner en produits de saison permet de bénéficier des produits de **meilleure qualité**, plus goûteux et plus riches en vitamines, au **meilleur prix**.



La bonne idée : des mallettes pédagogiques sont mises à disposition des restaurations collectives qui le souhaitent. Elles permettent notamment de sensibiliser les convives aux produits de saison. Retrouver plus d'informations sur ces mallettes sur l'article qui leur est dédié.

c'est LOCAL! et de saison!
VORÀ L'HIVER!
DÉC - JANV - FÉV

LA SAISON DES **CHOUX**

MAIS PAS QUE ...

BROCOLIS CAROTTES CÉLÉRI-RAVE COURGES ENDIVES
ÉPINARDS KIWIS, POIRES LIÈGES-HUITTRES MÂCHE
NAVETS PENNIS POIREAUX POMMES DE TERRE RAIFONS NOIRS

et aussi
BETTERAVES CAROTTES COURBONNÉ ÉPINARDS HARICOTS BLANCS OIGNONS
POMMES DE TERRE POMMES POTIRONS
ASPERGES Blettes Choux-fleur Celeri-rave Courges Endives
Epinards Haricots blancs Haricots rouges Lentilles
Légumineuses Légumes secs Maïs Pommes de terre Potirons
Pommes de terre Pommes Potirons
Produits de saison de la Loire-Atlantique
© Manger Local 44 - 2023

Loire Atlantique

c'est LOCAL! et de saison!
LE RETOUR DU PRINTEMPS
MARS - AVRIL - MAI

LA SAISON DES PETITS **NOUVEAUX**

MAIS PAS QUE ...

POPEYER BETTERAVES CÉLÉRI BRANCHE CHOU FLEUR
CHOU ROUGE ÉPINARDS FÂCHES LENTILLES
MARQUEPÉPÉE-GRIS PERSIL POIRES RAVES

et aussi
ASPERGES Blettes Choux-fleur Choux-raves Oignons Échalottes Fèves
Haricots blancs Haricots rouges Lentilles
Légumineuses Légumes secs Maïs Pommes de terre Potirons
Pommes de terre Pommes Potirons
Produits de saison de la Loire-Atlantique
© Manger Local 44 - 2023

Loire Atlantique

c'est LOCAL! et de saison!
LES PLAISIRS DE L'ÉTÉ
JUN - JUILLET - AOÛT

UNE SAISON RICHE EN **LÉGUMES!**

MAIS PAS QUE ...

BETTERAVES BLETTES CÉLÉRI COMCOMBES ÉPINARDS
FENOUIL FÈVES FRAISES-FRANGOUSES GROSSELLES HARICOTS VERTS
MELON PETITS POIS RAVES SALADES OIGNONS POIRES

et aussi
ASPERGES CAROTTES COURBONNÉ ÉPINARDS HARICOTS BLANCS
MARCHEPÉPÉE-GRIS OIGNONS POIRES POTIRONS POMMES DE TERRE
POMMES POTIRONS
Produits de saison de la Loire-Atlantique
© Manger Local 44 - 2023

Loire Atlantique

c'est LOCAL! et de saison!
LES DÉCOUVERTES D'AUTOMNE
SEPT - OCT - NOV

LA SAISON DES **COURGES**

MAIS PAS QUE ...

AIL-OGNON ÉPINARDS BETTERAVES BROCOLIS CAROTTES
CIPOLLI CÉLÉRI ÉPINARDS FENOUIL LENTILLES
NAVETS POIRES POIREAUX POMMES DE TERRE RAIFONS-POMMES

et aussi
Blettes Choux-fleur Choux-raves Choux-raves Choux-raves
Haricots blancs Haricots rouges Haricots rouges Haricots rouges
Lentilles Lentilles Lentilles
Légumineuses Légumes secs Maïs Pommes de terre Potirons
Pommes de terre Pommes Potirons
Produits de saison de la Loire-Atlantique
© Manger Local 44 - 2023

Loire Atlantique