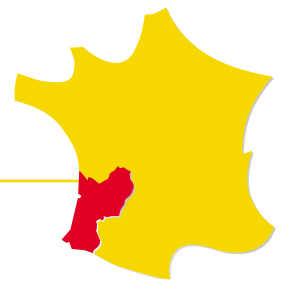


L' AQUITAINE

Culture, Nature et Gastronomie



Entre océan, montagne et campagne, l'Aquitaine regorge de richesses : une gastronomie d'exception, de nombreux intérêts culturels, des sites naturels d'une grande beauté... Nous vous invitons à les découvrir.



Les piments d'Espelette

La Vignemale - 3308m (Pyrenees)

Quelques bonnes adresses

✓ Les marchés bio :

- A Agen tous les samedis place des Laitiers
- A Bordeaux les mardis et dimanches place Canteloup
- A Villeneuve-sur-Lot le mercredi place d'Aquitaine

✓ Le Gîte et le Couvert :

Les Champs de l'Adour : 5, rue Morancy
40100 DAX - Tel : 05 58 56 92 81

Une adresse pleine de charme... que l'on souhaiterait garder confidentielle. Le décor de la salle à manger marie avec succès l'ancien et le moderne. Quant à la cuisine, elle allie fraîcheur et ingrédients bio. Cet établissement fait également hôtel.

Le pays

"du bien boire"
et "du bien manger"

Quelques spécialités à déguster :

- Les Vins de Bordeaux,
- Les Huîtres du Bassin d'Arcachon,
- L'Eau de vie d'Armagnac à Labastides d'Armagnac,
- Le Pruneau d'Agen,
- Le Foie gras d'Aire sur l'Adour,
- Le Jambon de Bayonne,
- La Confiture de cerises noires d'Ixassou,
- Les Fromages de brebis des Pyrénées (Abbaye de Bellocq, Ossau-Iraty),
- Le Piment d'Espelette...

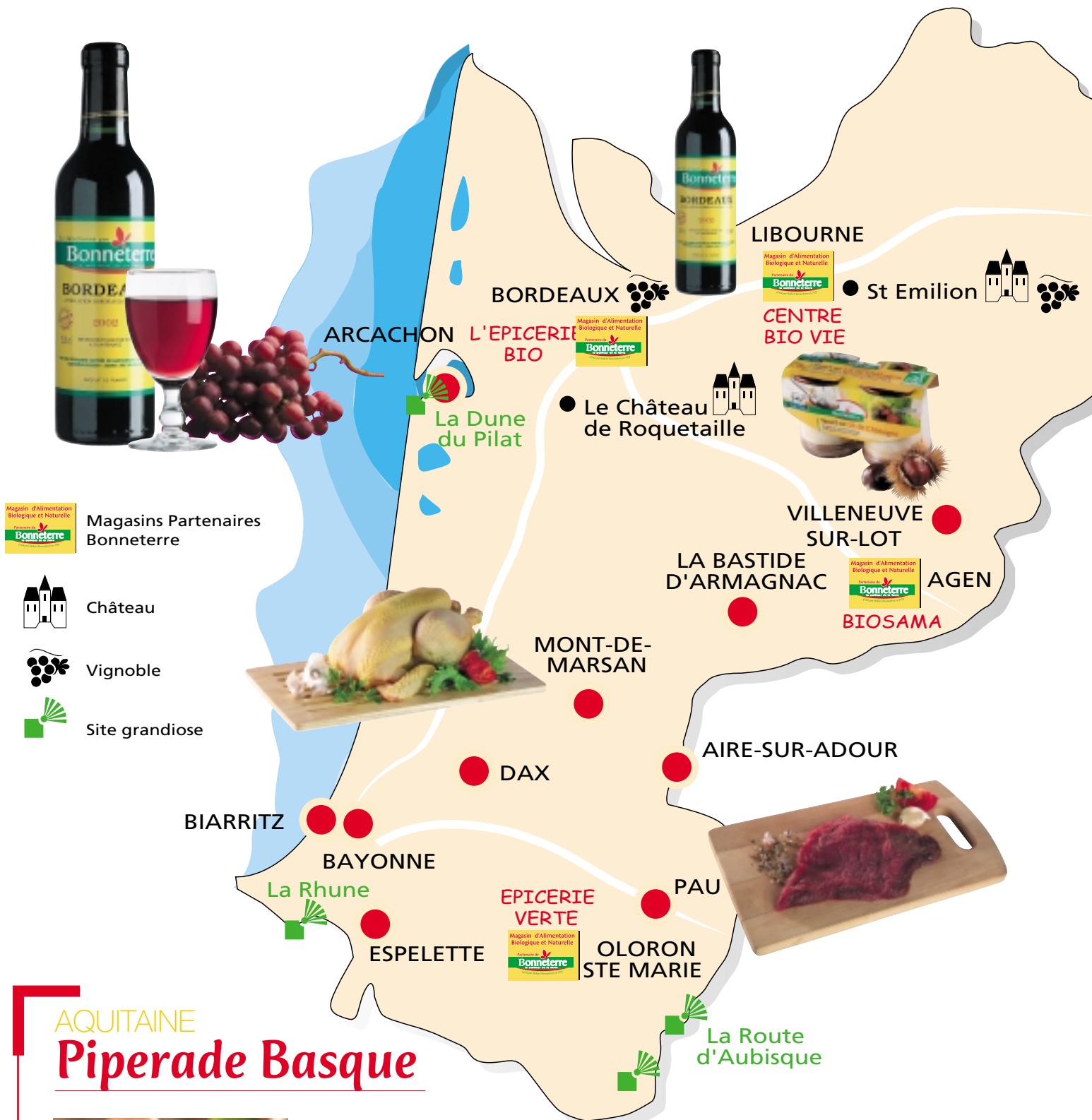


Des paysages grandioses

Voici quelques sites incontournables à découvrir lors de vos voyages :

- **Le vieux Bordeaux** : C'est tout le charme de l'architecture du 18^{ème} siècle. A ne pas manquer : le Grand Théâtre et la place de la Bourse.
- **Saint Emilion** : Plaisir des papilles, mais aussi des yeux, c'est l'une des plus jolies cités d'Aquitaine. Une ville médiévale de pierres dorées, parsemée de petites places.
- **La Dune du Pilat** (au sud d'Arcachon) : du haut de ces 114m, c'est la plus haute dune d'Europe. Le panorama sur l'océan et la forêt landaise est superbe au coucher du soleil.

- **Le Château de Roquetaillade** (au sud de Langon) : Ce château féodal situé sur un piton rocheux est étonnant.
- **La Rhune** : Au départ du Col de Saint Ignace, un petit train de bois mène au sommet de la Rhune. Sur les hauteurs, le panorama est splendide sur l'océan, la forêt des Landes, les Pyrénées Basques...
- **La Route de l'Aubisque** : Illustrée par le passage du Tour de France cycliste, le panorama est saisissant : cirques de Gourette et du Litor, vallée de Ferrières...
- **Les Lacs d'Ayous** (dans le Haut Ossau) : Cette randonnée offre une vue grandiose sur le Pic du Midi se reflétant dans le lac.



AQUITAINE Piperade Basque



Pour 4 personnes
Préparation : 20 minutes
Cuisson : 1 heure

- 6 tomates pelées et épinées bio
- 2 poivrons verts bio
- 1 poivron rouge bio
- 2 gros oignons bien émincés
- 2 gousses d'ail pilés bio
- 12 Oeufs Bonneterre
- 3 cuillères à soupe d'Huile d'Olive Fruitée Bonneterre
- 140g de Jambon Sec Bonneterre
- Sel et poivre
- 1 petit piment d'Espelette

- Ebouillanter les 3 poivrons. Les éplucher grossièrement. ■ Dans une poêle, faire dorer les oignons dans 2 cuillères à soupe d'huile. Ajouter l'ail, les poivrons et les tomates coupés en petits morceaux. Assaisonner et laisser cuire 40 minutes à feu doux, jusqu'à ce que les tomates aient rendu leur eau. ■ Dans un bol, casser les œufs et les battre au fouet. Puis, verser sur la piperade dans la poêle. Faire cuire quelques minutes jusqu'à l'obtention d'une texture d'œufs brouillés. ■ Couper le jambon en petites lamelles. Les faire rissoler à la poêle et déposer sur la piperade. ■ Parsemer de piment d'Espelette et servir immédiatement.

Bon appétit !