

Provence Alpes Côte d'Azur



Région
PACA



Liste des produits Marqueurs de la région

Nom du produit	Signe de qualité
Huile essentielle de lavande de Haute provence. Huile d'olive d'Aix en Provence et huile d'olive de Haute provence. Huile d'olive de Nyons et Olives Noires de Nyons. Olives de Nice Huile d'olive de la Vallée des Baux de Provence, Olives noires et olives cassées de la vallée des Baux de Provence Vins de Provence et CDR. Banon (chèvre) Muscat du Ventoux	
Bar d'aquaculture Agneau fermier Drailles de Sisteron Riz de Camargue. Herbes de Provence Pommes des alpes de Hautes Durance Poire des alpes de Hautes Durance Poulet jaune, noir, blanc fermier Miel de lavande et de lavandin de Provence Miel polyfloraux de Provence	

Produits Régionaux

Produits laitiers	Bleu du Queyras, tomme d'Arles, Fort de Platte (Chèvre), Brousse F.F, Grou du Bâne (Chèvre), Truffe de Valensole (Chèvre).
Confiserie	Calisson d'Aix, pâte d'amandes et nougats, berlingots de Carpentras, fruits confits d'Apt, biscotin d'Aix.
Autres	Miel de lavande et huile d'olive. Tapenade. Truffles.

Les garnitures

Appellation	Explication
Garniture Marseillaise	Très petite tomate évidée, garnie d'olives farcies, cuite au four avec une pointe d'ail.
Garniture niçoise	Tomate concassée cuite avec ail, câpres et lames de citron épépiné sur la pièce. Beurre d'anchois utilisé avec des poissons. Pour grosses pièces et les volailles : petites tomates mondées cuites au four avec huile, haricots verts au beurre et pommes château.
Garniture Provençale	Petite tomate mondée, champignons farcis de duxelles aillée, accompagne les entrées.
Garniture Mentonnaise	Courgettes farcies, petits artichauts braisés, pommes nouvelles risolées.
Sauce Provençale	Tomates concassées, tombées à l'huile, sel poivre, sucre, gousse d'ail, persil haché.

■ **Lieux touristiques en PACA** : 1ère région de France pour l'accueil des touristes français et la seconde pour les touristes étrangers. La région compte tous les types de tourisme : balnéaire, historique, vert, culturel... Sites classés à l'Unesco : Arles, Briançon (Vauban), Avignon (Palais des Papes) et Orange (théâtre antique).

■ **Observations** : La tradition provençale privilégie l'ail, les herbes aromatiques, l'anis et l'olive. On cuisine exclusivement à l'huile d'olive, surtout pas au beurre. On trouvera les grands classiques comme la bouillabaisse, la salade niçoise, la ratatouille niçoise, les petits farcis, la tapenade (purée d'olives, d'anchois et de câpres), la Tropicaine, le nougat de Montélimar, les calissons d'Aix... La région possède une véritable cuisine de la mer avec beaucoup de spécialités. Ne pas oublier le mesclun qui est originaire de cette région et qui se compose de sept jeunes pousses : roquette, cerfeuil, frisée, laitue, chicorée, scarole et pourpier. La tradition provençale privilégie l'ail, les herbes aromatiques, l'anis et l'olive.

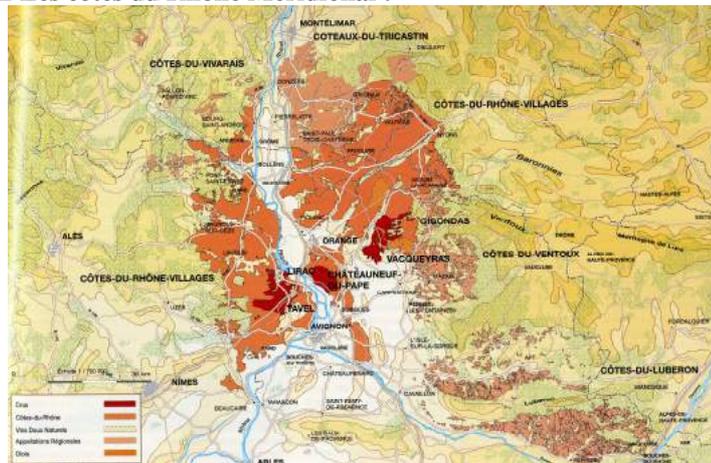
Les spécialités culinaires

Entrées	Accords
Salade Niçoise et pain Bagnat Pissaladière (pâte à pain, compotée oignons, anchois) Soupe au Pistou Socca (gâteau de pois chiches)	Cte Provence Bellet Bandol Bellet
Bouillabaisse et Aioli Brandade de morue (morue, huile olive et crème) Daurade au Pastis Lapin sauté à la provençale	Cassis Tavel Palette Bandol
Tarte au citron et Tarte Tropicaine 13 desserts de Provence Navettes (gâteaux parfumés à la fleur d'oranger)	

■ **Les boissons alcoolisées** : On trouvera bien entendu les boissons anisées et notamment l'absinthe et la liqueur de Génépi. Le pastis de Marseille : c'est l'alcool le plus consommé en France. Sa naissance est liée à l'interdiction de l'absinthe en 1915, puis de tous les alcools anisés. Les méridionaux contestèrent le bien fondé de cette interdiction car seul l'absinthe contient la substance toxine « thuyol ». Donc en 1938, une boisson anisée à 45° fut autorisée, il s'agissait du pastis de Marseille. On trouve deux eaux de vie d'appellation d'origine protégée : eau de vie de vin de Provence et eau de vie de marc de Provence.

■ **Les Boissons non alcoolisées** : On trouve beaucoup d'eaux de source de marques distributeurs (Auchan, groupe Provincia, Leclerc, Cristaline...). Une eau minérale dans les Bouches du Rhône : Aix en Provence M.P. On trouve aussi beaucoup de jus ou nectar de fruits artisanaux.

■ Les cotes du Rhône Méridional :



■ **Le vignoble de Provence** : 80 % de la production de vin rosé.

