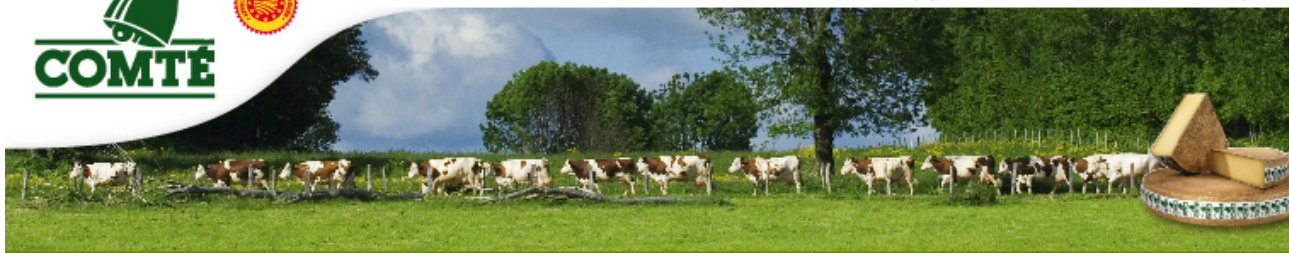




Le Comté nous apprend à savourer le temps



SOMMAIRE

- > A la Une : l'Ain de ferme en ferme les 23 et 24 avril
- > Idée recette : Koulibiac de saumon et épinards au Comté
- > Conseil Dégustation : exotique... en toute simplicité
- > Nutrition & Santé : on ressort les vélos... alors mangeons du Comté pour éviter la fringale !
- > Promo séjours de printemps : Venez dans les Montagnes du Jura, le Comté est offert jusqu'au 16 avril !
- > Idée Séjour dans les Montagnes du Jura : escapade gourmande autour des fromages de la Vallée de la Valsérine...
- > L'agenda d'avril 2011

LES SITES COMTÉ

- > Au cœur du Comté
- > Comté gourmand
- > Les Routes du Comté
- > La Maison du Comté



A la Une

L'Ain de ferme en ferme les 23 et 24 avril

2 belles journées pour visiter les fermes du sud de la zone AOP Comté et découvrir une diversification de produits du terroir. L'entrée de chaque ferme est représentée par la présence d'un épouvantail, le parcours est fleché d'une ferme à l'autre. Visites gratuites, animations, goûter à la ferme...

2 producteurs de lait AOP Comté participent à cette opération :

- Les Jardins de Marguerite, à Hautecourt-Romanèche, producteur pour la fruitière de Villereversure,
- Le Gaec de la Combe du Val à Vieu d'Izenave, producteur pour la fruitière de Saint-Martin-du-Fresne.

Informations complémentaires : www.defermeenferme.com/departement.php?id=542419433®ion=1840561929



Idée recette

Koulibiac de saumon et épinards au Comté

> INGREDIENTS

- 1 bloc de pâte feuilletée
- 400 g de filet de saumon
- 150 g d'épinards surgelés
- 50 g de riz blanc
- 200 g de Comté râpé
- 2 échalotes hachées
- 15 cl de vin blanc (Côtes du Jura)
- 1 jus de citron
- 1 jaune d'oeuf
- 5 cl de Macvin du Jura
- 20 cl de crème liquide
- Sel, poivre et paprika



Rassembler le vin, le jus de citron, la moitié des échalotes, du sel et du poivre, et faire mariner le saumon dedans. Faire cuire le riz. Décongeler les épinards, les saler et les faire sauter quelques minutes à la poêle. Mélanger le riz cuit et les épinards.

Préchauffer le four à 210°C (th. 7). Abaisser la pâte feuilletée en forme de grand rectangle. Au centre, étaler le mélange riz-épinards, puis poser le saumon (réserver la marinade) et parsemer de Comté râpé. Replier la pâte en soudant bien les bords (mouiller un peu à l'eau si besoin).

Dorer la pâte avec le jaune d'oeuf battu et enfourner 30 min. environ.

Préparer la sauce : faire réduire la marinade dans une casserole avec le reste des échalotes et le Macvin. Ajouter la crème et le paprika et cuire encore quelques minutes pour épaissir. Servir le Koulibiac chaud, tranché et nappé de sauce.

> LE CONSEIL DU SOMMELIER

- **Accord avec un vin du Jura :** ce koulibiac s'accompagne volontiers d'un assemblage Chardonnay/Savagnin (blanc) d'appellation Arbois Pupillin.
- **Accord avec un vin d'une autre région :** Un Hermitage blanc (Vallée du Rhône nord).

> Toutes les recettes au Comté sont sur www.comte-gourmand.com !

Conseil Dégustation

Exotique... en toute simplicité

Pour un petit en-cas ou un apéritif : sur un carré de pain blanc, posez une belle rondelle de banane puis une lamelle de Comté. Vous pouvez éventuellement terminer par une pincée de piment d'espelette. Faites gratiner quelques minutes.

La banane, toute en douceur, tant par sa texture que par son goût, permet au Comté grillé de libérer ses multiples arômes ; le piment y apporte en finale une touche chaude et persistante.

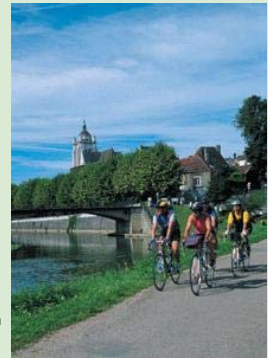
> Tous les conseils dégustation au Comté sont sur www.comte-gourmand.com !



Nutrition & Santé

On ressort les vélos... alors mangeons du Comté pour éviter la fringale !

Itinéraire, bagages, pharmacie, vélo... vous avez tout prévu. Enfin presque, car à un moment ou à un autre, vous aurez faim et soif... Emportez tout d'abord beaucoup d'eau, qui restera à jamais la seule boisson idéale, mais vous pouvez aussi vous autoriser un Jus de fruit 100% pur jus sans sucre ajouté ou du thé ou café. En cas de petite faim, privilégiez un fruit frais ou un yaourt nature à la rigueur. Pour le déjeuner, une petite salade avec une sauce légère et un fruit frais viendront simplement accompagner le fidèle sandwich, toujours très intéressant d'un point de vue diététique. Celui-ci devra être composé de pain complet, de viande, de poisson ou d'oeufs et bien entendu une large tranche de **Comté**, très riche en calcium.



> **Bon plan** : vous trouverez à l'adresse suivante une quarantaine d'idées de balade à vélo sur les Routes du Comté : www.lesroutesducomte.com/pages.php?idMenu=28&idSsMenu=0&idPage=77

Promo séjours de printemps

Venez dans les Montagnes du Jura, le Comté est offert jusqu'au 16 avril !



Promotion gourmande pour les visiteurs des Montagnes du Jura ! Pour toute réservation d'un séjour gastronomique auprès de **Loisirs Accueil Doubs** et **Loisirs Accueil Jura**, ou d'au moins 2 nuitées dans l'une des fermes de séjour du réseau **Bienvenue à la Ferme Ain, Doubs et Jura** ou dans un **Gîte de France de l'Ain** entre **le 12 mars et le 16 avril**, 250 g de Comté vous seront offerts dans la fruitière à Comté de votre choix !



> **Une offre à découvrir sans tarder** sur **Loisirs Accueil Doubs** ou **Loisirs Accueil Jura**, sur www.gites-de-france-ain.com et sur www.bienvenue-a-la-ferme.com/ain/liste-fermes, ou www.bienvenue-a-la-ferme.com/doubs ou www.bienvenue-a-la-ferme.com/jura/liste-fermes !



> **Retrouvez toutes les idées de séjours au Pays du Comté** sur www.lesroutesducomte.com !



Idée Séjour dans les Montagnes du Jura / Offre spéciale

Escapade gourmande autour des fromages de la Vallée de la Valserine...



Séjours 2 jours/1 nuit (semaine ou week-end) / A partir de 2 personnes minimum. Possibilité de nuits supplémentaires sur demande 85,00 €par personne sur une base de 2 personnes.

Bienvenue, vous voici au pays des montagnons, à deux pas de la Suisse pour une escapade toute en saveur et en douceur.

Ici, au pied des pâturages à l'herbe si tendre, la **Fromagerie de l'Abbaye à Chézery** perpétue la fabrication de 2 fromages : le **Comté** et le **Bleu de Gex**, onctueux fromage à pâte persillée et au goût unique dont l'origine remonte au XVIème siècle. Profitez de votre passage pour visiter la fabrication. Une galerie de visite a été aménagée pour vous et après avoir visionné la vidéo, ne manquez pas l'occasion de goûter à ces fromages savoureux qui, tous deux, bénéficient de l'AOP.

Remontez tranquillement la Vallée de la Valserine jusqu'à Mijoux et flânez dans les rues de cette coquette station dont les murs des maisons sont recouverts de fresques. Revivez les métiers et savoir-faire d'autrefois en visitant L'Atelier du Lapidaire. Pierres fines et précieuses s'exposent devant vous pour le plus grand plaisir de vos yeux (démonstration de la taille artisanale en vidéo).

Après avoir franchi le Col de la Faucille, installez-vous à l'Hôtel La Mainaz***, véritable petit coin de paradis et havre de paix. Laissez-vous bercer par le romantisme de cet endroit magique pour vivre un séjour de détente et de dépaysement complet. Raffinement, rêve, gastronomie... mettez tous vos sens en éveil pour savourer pleinement des bonheurs de ce site et découvrir le Pays de Gex dans toute sa convivialité.

Profitez encore du magnifique panorama sur la chaîne des Alpes, le lac Léman et Genève en descendant sur Divonne-les-Bains. Flânez librement dans les ruelles du centre ville de cette station thermale réputée pour ses eaux aux vertus apaisantes. Si vous êtes joueur, pourquoi ne pas tenter votre chance au Casino, l'un des premiers de France ?

En fonction de vos dates de séjour, d'autres visites peuvent être proposées comme le Château de Voltaire ou Fort l'Ecluse.

N'oubliez pas : sur le chemin du retour, votre cadeau, 250 g de Comté à retirer dans l'une des fruitières de la région !

> **Service de Réservation du Comité départemental du Tourisme de l'Ain - 04 74 32 31 30 - www.ain-tourisme.com**

Et pour finir...





**Retrouvez l'agenda
des prochains rendez-vous
au Pays du Comté
en cliquant [ici](#) !**

COMITE INTERPROFESSIONNEL DU GRUYERE DE COMTE - 39800 POLIGNY - 03 84 37 23 51

Désabonnement

Vous recevez cette newsletter parce que vous êtes inscrit sur la liste de diffusion du Comté. Si vous voulez vous désabonner [Cliquez-ici](#)