

Communiqué de presse - Mars 2016

# La Fraise Label Rouge en avance cette année !

Les Gariguettes sont les premières à faire leur apparition, et cette année c'est avec 15 jours d'avance qu'elles pointent le bout de leur nez. Elles doivent cette maturité à un mois de décembre plutôt doux et très ensoleillé, une précocité dont on profite avec délice. La Ciflorette n'est pas loin et donnera ses premiers fruits dès la dernière quinzaine de mars. C'est l'occasion de se mettre en cuisine pour réaliser des recettes originales imaginées par les Chefs du Lot-et-Garonne.



## LABEL ROUGE : UN PRODUIT DE QUALITE SUPERIEURE

Le Lot-et-Garonne est le 1<sup>er</sup> département producteur de fraise en France, son sol riche et son soleil qui fait rougir les fraises en font un site privilégié pour ces petits bijoux rouges. Grâce à un travail rigoureux, l'Association Interprofessionnelle de la Fraise du Lot-et-Garonne a obtenu le premier Label Rouge pour ses fraises de variétés Gariguettes, Ciflorettes et Charlottes. Ce label est un repère pour que les consommateurs puissent identifier un produit de qualité supérieure qui suit des normes strictes, travaillé par des producteurs passionnés respectant une chartre précise et rigoureuse. Le Label Rouge c'est le gage d'un produit français de qualité supérieure, bon pour la santé et surtout délicieux.

QUELQUES CLÉS  
DU CAHIER  
DES CHARGES



Stade optimal  
de maturité

Sucrosité  
optimale

Coloration typique  
de la variété

Intensité  
des arômes

L'odeur  
de fraise



### GARIGUETTE ET CIFLORETTE DES FRAISES QUI ONT LA COTE !

D'habitude synonymes de l'arrivée du printemps, les fraises Label Rouge lancent cette année la saison plus tôt ! Les étals rougissent, pour le plus grand plaisir des consommateurs qui aiment cette fraise française, fruit du savoir-faire unique des producteurs du Lot-et-Garonne.

### GARIGUETTE, STAR EN HERBE

Fraise la plus appréciée des français, elle a toujours du succès et rappelle les doux souvenirs d'enfance. C'est l'une des fraises les plus vendues sur notre sol. Particulièrement précoce cette année, on la retrouve sur nos étals dès la 2<sup>ème</sup> semaine de mars, de quoi ravir les impatients ! On la reconnaît par sa jolie forme ronde et sa robe d'un rouge vermillon brillant. Très aromatique, elle est riche en jus et fondante, au goût sucré-acidulé. C'est la fraise gourmande par excellence, à déguster jusqu'à la fin du mois de juin !



### DOUCE CIFLORETTE

Aussi appelée "le bonbon", elle suit de près sa grande sœur et se retrouvera sur nos étals cette année dès la dernière quinzaine de mars, alors qu'on ne la trouve d'habitude qu'en avril. Equilibre parfait entre sucre et acidité, c'est sa douceur qui la caractérise et la rend si gourmande. Sa forme typique allongée la rend facilement reconnaissable, tandis que sa robe est rouge orangée est aussi chaleureuse qu'un coucher de soleil du printemps. Elle se consomme avec délice jusqu'au mois de juin.

## PLACE À LA CUISINE !

Les fraises Label Rouge ce sont aussi plein d'idées recettes malignes et savoureuses, en sucré comme en salé pour les amoureux de cuisine authentique. De la tarte aux fraises aux recettes les plus travaillées des Chefs du Lot-et-Garonne, l'inspiration se trouve facilement sur le site de la Fraise Label Rouge qui met à disposition des dizaines d'idées originales pour tous les goûts !

PLUS UNE  
MINUTE À PERDRE

## POUR LES BEAUX JOURS, DEUX NOUVELLES RECETTES À SAVOURER

### PAUSE GOURMANDE, CRUMBLE AUX FRAISES CIFLORETTE LABEL ROUGE

#### INGRÉDIENTS

- 500 g de fraises Ciflorette "Label Rouge"
- 3 feuilles de mélisse

#### Pour le crumble :

- 125 g de farine
- 90 g de sucre roux ou cassonade
- 100 g de beurre
- 1 gousse de vanille

#### Pour le crémeux au citron vert :

- 25 cl de lait
- 25 cl de crème
- 4 jaunes d'œufs
- 30 g de Maïzena
- 1 citron vert (zeste)
- 125 g de sucre
- 100 g de sucre glace



Une recette proposée par le Chef Michel Dussau de la Table d'Armandie à Agen

#### PRÉPARATION

**Préparer la pâte à crumble :** Dans un saladier mélanger la farine, le sucre et le beurre coupé en petits morceaux. Malaxer le tout avec les doigts. Ajouter les graines de la gousse de vanille fendue en deux. Déposer la pâte sur une plaque de cuisson et mettre au four préalablement chauffé à 200 °. Cuire 10 à 12 minutes puis laisser refroidir.

**Confection du crémeux au citron vert :** Faire bouillir le lait avec la crème et le zeste de citron vert râpé. Dans un saladier, mélanger les jaunes d'œufs avec le sucre jusqu'à ce qu'ils blanchissent puis ajouter la Maïzena et bien mélanger. Verser le lait chaud sur cette préparation en remuant sans arrêt. Remettre dans la casserole et cuire 5 à 8 minutes à feu doux en remuant comme pour une crème pâtissière. Oter du feu et débarrasser dans un autre récipient, froid, pour stopper la cuisson. Tailler les fraises en brunoise régulière. Ajouter les feuilles de mélisse ciselées.

**Dresser dans des verrines :** 1/3 de crémeux au citron vert puis 1/3 de fraises à la mélisse et pour finir 1/3 de crumble émietté au dernier moment



Une recette proposée par la Chef Annabelle Boat du Boat aux Saveurs à Marmande

### FRAISE EN BRUNOISE ET EN SORBET, COULIS DE COCO A LA VERVEINE



#### PRÉPARATION

**La réalisation du crumble :** Travailler le beurre en pommade puis y ajouter la farine, le sucre puis la poudre d'amande. Le filmer et le laisser reposer 1 heure. Le couper en petits morceaux. Le cuire 15min à 160°C.

**La réalisation du coulis coco verveine :** Porter à ébullition le lait de coco avec le sucre. Le retirer du feu et y mettre le sachet de verveine à infuser 5 min. Laisser refroidir 1 heure.

**Le dressage :** Tailler les fraises en brunoise. Les mettre dans une assiette creuse. Mettre le crumble dessus, ainsi que le sorbet fraise. Verser le lait de coco en évitant de le mettre sur le crumble et le sorbet.

#### INGRÉDIENTS (POUR 4 PERSONNES)

- 400g de fraise
- Sorbet fraise

#### Coulis de coco à la verveine :

- 400g de lait de coco
- 40g de sucre
- 1 sachet de verveine

#### Crumble :

- 60g de farine
- 60g de sucre
- 80g de beurre
- 80g de poudre d'amande



Association Interprofessionnelle de la Fraise du Lot-et-Garonne



Plus d'informations et plus de recettes :  
[www.fraiselabelrouge.fr](http://www.fraiselabelrouge.fr)