

## A LA DECOUVERTE DES FROMAGES CET ETE EN CENTRE-VAL DE LOIRE... ET A VELO !



La région Centre-Val de Loire regorge de trésors, d'une mosaïque de paysages remarquables, comme des balades le long de la Loire, ses forêts, d'un patrimoine de bâtis exceptionnels avec ses châteaux incontournables, mais aussi d'une grande richesse gastronomique... et bien sûr un beau plateau de **6 fromages AOP** à déguster lors de vos escapades à vélo dans cette belle région.

### LE CHAROLAIS

**Le saviez-vous :** au XVI<sup>ème</sup> siècle, l'élevage caprin est apparu comme une activité complémentaire dans la région du Charolais. A cette époque, les manouvriers\* et les métayers faisaient pâturer leurs chèvres alors appelées « *vaches du pauvre* » dans les quelques prés communaux et sur les chemins ruraux. C'est à ce moment qu'est né le fromage Charolais qui leur assurait une alimentation et des revenus supplémentaires ; les fromages, alors au lait mixte chèvre/vache étaient vendus à la ferme ou sur les marchés locaux. Cette activité deviendra rapidement un travail réservé aux femmes de la ferme. AOP depuis 2010, c'est un fromage généreux, et l'un des plus gros fromages de chèvre : il pèse de 250 à 310 grammes pour 7 cm de hauteur et 6 cm de diamètre minimum à mi-hauteur. Il est produit à partir de lait cru et entier dans une zone qui s'étend dans un rayon de 60 km autour de Charolles, caractérisée par la forte présence de prairies permanentes et de bocage. À l'origine, le fromage Charolais était mis à sécher dans des cages à fromage traditionnelles, les « tzézires » ou « chazières ». Souvent, les ouvriers des villes alentours achetaient les fromages blancs et conservaient eux-mêmes les fromages Charolais. La grande taille permet une meilleure conservation dans ces conditions. Le Charolais est un fromage de garde d'exception à savourer sans modération.

### LE SELLES-SUR- CHER

**Le saviez-vous :** c'est en 1887 qu'on retrouve la première trace écrite de production de Selles-sur-Cher. Historiquement, c'est une production domestique, il est fabriqué par les femmes, en parallèle de leurs activités de la ferme. C'est à la fin du XIX<sup>ème</sup> siècle, que les coquetiers, ramasseurs de produits de la basse-cour, commencèrent à récolter les fromages en même temps que les œufs et les volailles. Certains coquetiers se spécialisèrent même dans cette activité tant la demande urbaine était importante ! Le lieu principal de la collecte étant à Selles-sur-Cher, le fromage prit le nom de « Selles » pour désigner ces fromages ronds légèrement tronconiques. AOP depuis 1975, c'est un fromage au lait entier et cru de chèvre à pâte molle à croûte fleurie et cendrée au charbon végétal. Il est originaire du village du même nom, Selles-sur-Cher.

\* Dans la France d'Ancien Régime, ouvrier, le plus souvent agricole, qui accomplissait des travaux saisonniers pour le compte d'autrui.

## LE POULIGNY SAINT-PIERRE

**Le saviez-vous :** il est parfois surnommé « tour Eiffel » en raison de sa belle forme de pyramide élancée, qui le différencie de son voisin, le Valençay, dont le sommet est, lui, étêté. Elle pourrait s'inspirer – nul n'en connaît l'initiateur – du clocher de l'église de Pouligny Saint-Pierre.

AOP depuis 1972, il est produit dans la plus petite zone d'Appellation d'Origine fromagère, nichée au cœur du Parc naturel régional de la Brenne. Moulé manuellement, il est ensuite salé puis affiné pendant une dizaine de jours pour offrir une pâte blanche, lisse et douce. Plus tard, sa croûte prend de légers reflets bleus et la pâte devient légèrement plus dure.

**SANS OUBLIER** le crottin de Chavignol – le sainte-maure de Touraine et le valençay à découvrir si vos itinéraires vous mènent à eux !

### Petites astuces gourmandes

Si vous choisissez cette belle région qu'est le Centre-Val de Loire pour vos balades à vélo cet été pensez à les déguster lors de vos étapes déjeuner : le pouligny saint-Pierre et des figues fraîches égayeront vos papilles, le jambon cru et le selles-sur-cher se marient très bien sur une tranche de pain de campagne grillé... le charolais dans une salade folle base de mesclun et poires.

Vous pourrez aussi tous les déguster avec des pains aux lardons, au levain, aux raisins ou aux herbes ...



Durant l'été « Vélo & Fromages » vous fera découvrir son patrimoine sur plusieurs itinéraires dans la région Centre-Val de Loire.

