



La Savoureuse Lettre du Comté

Avril 2016

## Au menu

- Puisque c'est le printemps... : 2 idées recettes très gourmandes !
- Nutrition et Santé : on ressort les vélos... alors mangeons du Comté pour éviter la fringale !
- Tourisme : le Bugey, écrin de Comté surprenants et de vins généreux !
- Une surprise pour l'automne... Le Comté héros de BD !
- Bonus : fêtons le retour des beaux jours en vidéo !

CHAMPIONNATS DU MONDE DE BIATHLON 2016  
Oslo (NOR)

Marie Dorin-Hobert  
Anolis Bescond  
Morten Fourcade  
Justine Braisaz  
Annis Chevallier  
Quentin Fillon-Maillet

**LE COMTÉ FIER D'ATTEINDRE  
L'EXCELLENCE AVEC LES BLEUS!**

<b>Martin Fourcade</b> 4 médailles d'or 1 médaille d'argent	3 médailles d'or 2 médailles d'argent 1 médaille de bronze	<b>Anais Bescond</b> 1 médaille d'or 2 médailles d'argent
<b>Relais Mixte</b> Anais Bescond • Marie Dorin-Habert Quentin Fillon-Maillet • Martin Fourcade Champions du monde		<b>Relais Dames</b> Justine Braisaz • Anais Bescond Anais Chevalier • Marie Dorin-Habert Vice-Championnes du monde

www.comte.ski

## Puisque c'est le printemps...

2 idées recettes très gourmandes !



**Tartine de printemps "brouillée" au Comté**

Du bon pain, des oeufs de plein air, du Comté, les premières asperges de la saison... cette tartine cultive l'excellence en tout simplicité !



**Risotto de Saint-Jacques au Comté**

Une recette idéale pour profiter encore un peu de la saison de la véritable Saint-Jacques de la Baie de Saint-Brieuc, labellisée "Destination touristique d'excellence" comme le pays du Comté !

## Nutrition et 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 d'une large tranche de **Comté**, très riche en calcium.



## Tourisme

**Le Bugey, écrin de Comté surprenants  
et de vins généreux !**

Au sud de la zone d'appellation du **Comté**, entre Lyon et Genève, le **Bugey** est une destination enviable pour la richesse de ses paysages, la douceur de ses reliefs... et la saveur de sa table !

Ce circuit vous offre ainsi l'occasion unique de découvrir un terroir vaste, et pourtant méconnu, lieu de prédilection de **vins secrets** et de **Comté** étonnants !

• [Un savoureux circuit à découvrir ici, avec reportage et vidéo exclusifs !](#)



## Une surprise pour l'automne...

**Le Comté héros de BD !**

Le **Comté** devrait se trouver à l'automne 2016 au centre d'une bande



dessinée à paraître chez **Glénat** : l'album s'appellera "**Chroniques de la fruitière**".

Il est actuellement en cours de réalisation par **Fred Bernard** au dessin et au scénario, ainsi que par **Vincent Bernière**, co-scénariste.

Cette BD s'inscrit dans la lignée éditoriale des "**Chroniques de la vigne**" (2013) de Fred Bernard qui a connu un joli succès...



## Bonus : fêtons le retour des beaux jours en vidéo !



### "Entre ciel et terre"

2 minutes de [savoureux voyage dans les paysages des Montagnes du Jura](#)...

(© CIGC - Bérenger Lecourt)



### "Sous le signe de l'eau"

Un splendide voyage à travers les [lacs, cascades et rivières du Pays du Comté](#)...

(© CIGC - Bérenger Lecourt)

## Et pour finir...

En cliquant [ici](#), retrouvez l'agenda des prochaines manifestations au Pays du Comté... et ailleurs !

### Autour du Comté

Découvrir

Savouer

Visiter

S'informer

Le kiosque

Fanpage Facebook I love Comté 



Comité Interprofessionnel de Gestion du Comté  
39800 POLIGNY • 03 84 37 23 51 • [cigc\(AT\)comte.com](mailto:cigc(AT)comte.com)

Vous recevez cette Savoureuse Lettre parce que vous y êtes abonné.  
Si vous voulez vous désabonner, [cliquez ici](#) (mais ne faites pas ça sur un coup de tête !)

SE DESABONNER