

Au menu

- **A la Une : la Table du Comté à Lille, l'événement de l'automne !**
- **Recettes de rentrée : 3 idées qui ont du pep's !**
- **Nutrition et Santé : le Comté, l'allié des ados et des enfants !**
- **Saine lecture : découvrons la Filière Comté en bande dessinée...**
- **Savoureux circuit NOUVEAU : le Comté en culottes courtes**
- **Événement : rendez-vous au Week-end gourmand du Chat Perché, à Dole (Jura) du 21 au 23 septembre !**
- **Bonus : Vis ma vie dans la Filière Comté**

La Table du Comté débarque au pays des Ch'tis

Si les chefs lillois ont dans le coeur le soleil qu'ils n'ont pas dehors, cette 6e édition de la Table du Comté promet d'être brillante, chaleureuse... et gourmande !

Lille, ville cosmopolite, capitale des Flandres et véritable carrefour d'influence, accueillera **du 4 au 8 octobre** la 6e édition de la **Table du Comté**, réunissant des convives de toute la France dans un restaurant éphémère où des chefs concocteront durant cinq jours des plats inventifs et étonnants à base de **Comté**. Cette année, c'est dans une galerie d'art du si charmant Vieux Lille que le restaurant s'installera avec au piano, dix chefs qui se succéderont afin d'offrir 9 déjeuners et dîners d'exception. Les chefs seront Damien Laforce, Thibaut Gamba, Maxime Schelstraete, Ismaël Guerre-Genton, Diego Delbecq avec Camille Pailleau, Steven Ramon, Florent Ladeyn et le Jurassien exilé à Lille, Nicolas Pourcheresse.

Quant aux "routards" de la Table du Comté, le Meilleur Ouvrier de France Romuald Fassenet et le chef nomade Emmanuel Perrodin, ils s'associeront pour un dîner à quatre mains.

Plusieurs bars lillois proposeront par ailleurs des "Happy hours" spécial Comté alliant par exemple trois bières et trois Comté à déguster.

Enfin, des animations d'éveil au goût se dérouleront dans les écoles primaires et au Lycée Hôtelier International.

• Comment participer ?

Inscriptions sur www.latableducomte.com jusqu'au 11 septembre.

Les gagnants (connus le 14 septembre après tirage au sort) seront invités à partager un repas pour deux.



Recettes de rentrée : 3 idées qui ont du pep's !



Palmiers au Comté et noisette



Cookies Comté, courgette et menthe



Granola au Comté

Nutrition et santé

Le Comté, l'allié des ados et des enfants !

Une des premières activités d'un enfant est de... manger ! Les fromages et les laitages permettent de consommer du lait sous des formes très différentes, mais retenons que 150 ml de lait = 20 à 30 g de Comté. Ce **Comté** assure une part des besoins en protéines, en lipides, en vitamines A, D, E, K et bien sûr en calcium. On peut donc communément donner 30 à 50 g de **Comté** une fois par jour à un enfant.

Par ailleurs, l'adolescence est, avec la période foetale et la première année de vie, la période de plus grande croissance. En 5 ans, le poids double et pendant quelques années l'enfant grandit de 8 à 12 cm par an. Les apports nutritionnels augmentent considérablement pour atteindre voire dépasser les apports conseillés aux adultes.

Les apports conseillés en calcium sont très élevés, de 1200 jusqu'à 1500 mg/jour lors des poussées de croissance car l'adolescence est une période clé pour le capital osseux. A cette période, plus la consommation de calcium est importante plus la masse osseuse s'accroît. Un apport optimal de calcium à cet âge est donc une mesure préventive importante de l'ostéoporose. Autant de raisons pour faire manger du **Comté** à vos ados !



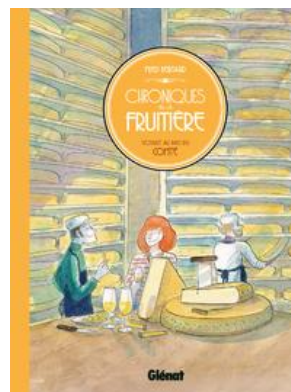
Saine lecture

Découvrons la Filière Comté en bande dessinée...

Savez-vous ce qui fait qu'un Comté est certifié AOP ? Ou de quelle vache provient le lait dont il est issu ? Fred Bernard **non plus. Mais en grand curieux de nature -et amateur des bonnes choses-**, il décide avec ces **Chroniques de la fruitière** de répondre à ces questions dans un voyage au pays du Comté.

Ainsi, par le biais d'anecdotes historiques, de témoignages et d'observations personnelles, l'auteur, en reporter candide, relate les secrets de ce fromage emblématique du massif du Jura, de son histoire collective et solidaire à ses techniques d'affinage, en passant par ses critères d'appellation ou ses multiples occasions de consommation...

- **CHRONIQUES DE LA FRUITIÈRE • Voyage au pays du Comté**
- **Auteur : Fred Bernard, avec la collaboration de Vincent Bernière**
- **Éditions Glénat • 152 pages • Disponible [ici](#) au prix de 19,50 € TTC.**



Un nouveau savoureux circuit !

Le Comté en culottes courtes

Gourmets en devenir, les enfants ne sont jamais les derniers à apprécier une lchette de **Comté** au goûter ! Pour leur faire découvrir les secrets de fabrication de ce fromage tout en s'amusant, voici un circuit spécialement pensé pour eux. Aussi réjouissant pour les petits que pour les grands !

- **[Un savoureux circuit à découvrir ici, avec une vidéo exclusive !](#)**



Événement

Rendez-vous au Week-end gourmand du Chat Perché, à Dole (Jura) du 21 au 23 septembre !

Les **Amis du Comté** vous donnent rendez-vous fin septembre à Dole au **4ème Week-end gourmand du Chat Perché** !

- Un atelier "mini-fabrication" attend les enfants le vendredi 21 à la Commanderie.
- Samedi 22 et dimanche 23, au pied de la Collégiale, le Comté proposera aux visiteurs des dégustations commentées, la découverte de la roue des Arômes du Comté et des ateliers Culinaires aux notes nippones, en lien avec l'invité d'honneur du week-end, le Japon.

Bonnes dégustations !



Bonus vidéo

Vis ma vie dans la Filière Comté

Puisque l'année 2018 marque le 60ème anniversaire de l'obtention de l'Appellation d'Origine par le Comté, nous avons choisi de vous faire vivre toute l'année tous ces petits moments de vérité à l'intérieur de la Filière, en compagnie des femmes et des hommes qui en défendent les valeurs au quotidien...

- Les 28 épisodes déjà réalisés sont [rassemblés et visibles ici](#) !



Et pour finir...

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

Autour du Comté

Découvrir
Savourer
Visiter
S'informer
Le kiosque
Fanpage Facebook | 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 !)