

# Les bonnes recettes des pomiculteurs Vergers écoresponsables !

## ENTRÉE

### AUMONIÈRES DE POMME AU ROCAMADOUR

4 PERSONNES  
PRÉPARATION : 20 MIN  
CUISSON : 6 À 8 MIN

## INGRÉDIENTS

- 2 pommes Golden
- 2 Rocamadour
- 8 feuilles de pâte Filo
- Quelques branches de thym
- Huile d'olive
- Sel et poivre du moulin



## PRÉPARATION

- Épluchez et coupez les pommes en petits cubes.
- Faites-les revenir quelques minutes dans une poêle avec un peu d'huile d'olive et du thym.
- Salez et poivrez.

## MONTAGE :

- Huilez, à l'aide d'un pinceau, une feuille Filo et recouvrez-la d'une deuxième feuille. Répétez l'opération 4 fois.
- Moulez chaque feuille dans un moule à muffins et répartissez à l'intérieur les pommes ainsi que la moitié d'un Rocamadour.

## CUISSON :

- Préchauffez le four à 180°C et enfournez 6 à 8 min.

À servir sur un lit de jeunes pousses de salade.

## DESSERT

### CRÈME BRÛLÉE AUX POMMES

6 PERSONNES  
PRÉPARATION : 20 MIN  
CUISSON : 20 MIN

## INGRÉDIENTS

- 200 g de pommes (Chantecler, Belle de Boskoop ou Reinette grise du Canada)
- 5 jaunes d'œuf
- 75 g de sucre
- 40 g de beurre
- 50 cl de crème fraîche (fleurette)
- 4 c. à s. de sucre roux
- 1 cl de calvados



## PRÉPARATION

- Préchauffez le four à 120°C (thermostat 4).
- Beurrez 6 ramequins à crème brûlée.
- Lavez, épluchez et coupez les pommes en dés d'1/2 cm.
- Faites-les caraméliser avec une noix de beurre et un peu de sucre.
- Flambez-les au calvados.
- Travaillez les jaunes d'œuf, le sucre. Ajoutez la crème fraîche et mélangez.

## MONTAGE :

- Remplissez les ramequins de crème.
- Garnissez avec les dés de pommes.

## CUISSON :

- Faites cuire au four au bain-marie pendant 20 min.
- Saupoudrez les ramequins de sucre roux et placez-les sous le grill du four 1 à 2 min pour caraméliser.



À CROQUER



EN SALADE



EN TARTE



À CUISINER



AU FOUR

## Les Parfumées

	<b>PINK LADY®</b>	Arôme fruité Sucrée Très croquante	Novembre à Mai
	<b>BRAEBURN</b>	Sucrée Acidulée Très croquante	Novembre à Avril
	<b>JONAGOLD</b>	Arôme fruité Sucrée Juteuse	Octobre à Juin
	<b>JAZZ™</b>	Sucrée et acidulée Croquante Juteuse	Octobre à Mai
	<b>ARIANE</b>	Sucrée et acidulée Ferme et croquante Juteuse	Octobre à Mai
	<b>TENTATION®</b>	Très parfumée Sucrée Croquante Juteuse	Octobre à Avril
	<b>HONEY-CRUNCH®</b>	Parfumée Sucrée Croquante Juteuse	Septembre à Mars
	<b>ELSTAR</b>	Parfumée Sucrée Acidulée Juteuse	Avril à Mars
	<b>REINE DES REINETTES</b>	Arôme de miel Sucrée Légèrement acidulée	Avril à Novembre

## La Douce

	<b>FUJI</b>	Sucrée Croquante Juteuse	Septembre à Juin
--	-------------	--------------------------------	------------------

## Les Gourmandes

	<b>GOLDEN</b>	Sucrée Croquante Douce	Avril à Juillet
	<b>GALA</b>	Arôme fruité Sucrée Rafraîchissante	Avril à Avril

## Les Labelisées : des pommes d'altitude

	<b>POMMES DES ALPES DE HAUTE DURANCE IGP ET LABEL ROUGE</b>	Sucrées et parfumées Croquantes Juteuses	Avril à Mars
	<b>POMMES DE SAVOIE IGP</b>	Très croquantes Juteuses Belle coloration rosée en Golden	Septembre à Avril
	<b>POMME DU LIMOUSIN AOP</b>	Équilibrée en sucre et en acidité Très croquante Juteuse	Novembre à Juillet

## La Tonique

	<b>GRANNY SMITH</b>	Très acidulée Rafraîchissante Ferme et croquante Juteuse	Octobre à Mai
--	---------------------	---	---------------

## L'Équilibrée

	<b>LA ROUGE</b>	Délicatement sucrée Croquante	Octobre à Avril
--	-----------------	----------------------------------	-----------------

## Les Rustiques

	<b>CHOULETTE®</b>	Sucrée et parfumée Légèrement acidulée Croquante Juteuse	Décembre à Juillet
	<b>REINETTE GRISE DU CANADA</b>	Arôme du terroir Acidulée Croquante	Novembre à Mars
	<b>BELCHARD® CHANTECLER</b>	Très parfumée Sucrée Acidulée	Octobre à Juin
	<b>BELLE DE BOSKOOP</b>	Parfumée Acidulée	Octobre à Mars
	<b>ANTARÈS®</b>	Très parfumée Croquante Juteuse	Septembre à Avril



Charte Qualité  
des Pomiculteurs de France

ICI  
EN FRANCE  
NOS POMMES  
AIMENT LA  
NATURE

Une Démarche Qualité respectueuse de l'environnement,  
reconnue par le Ministère de l'Agriculture.  
« Certification Environnementale des exploitations agricoles » niveau 2.

Pour en savoir plus : [lapomme.org](http://lapomme.org)



# Vergers écoresponsables : un label, des engagements !

Premier label du rayon Fruits et Légumes, Vergers écoresponsables vous garantit des fruits à la fois bons et sains, récoltés ici, en France. Des fruits cultivés avec passion, de façon raisonnée et durable, par des arboriculteurs engagés depuis plus de 20 ans.

## LA NATURE : UNE ALLIÉE À PROTÉGER



### ■ LA POLLINISATION >

Lorsque les pommiers sont en fleurs, les abeilles jouent un **rôle pollinisateur essentiel** : sans elles, pas de pommes ! Au printemps, des apiculteurs installent leurs ruches en vergers : des partenariats qui durent depuis 11 ans en moyenne.



### ■ L'IRRIGATION >

**60%** des Vergers écoresponsables sont irrigués avec des systèmes économes en eau (goutte-à-goutte, microjets).



### ■ LA LUTTE BIOLOGIQUE >

Les pomiculteurs aménagent leurs vergers pour **favoriser la présence de la faune utile** : mésanges, coccinelles, chauve-souris, rapaces qui se nourrissent des nuisibles (vers, pucerons, rongeurs...).



### ■ LE BIOCONTRÔLE >

Pour lutter contre le ver de la pomme (la larve d'un papillon appelé « carpocapse »), on installe dans les vergers des diffuseurs de phéromones pour que les papillons mâles ne trouvent pas les femelles. Sans accouplement, pas de larve, et donc pas de ver dans les pommes !

## LES VERGERS ÉCORESPONSABLES EN CHIFFRES :

**35000** hectares de vergers  
(pommes, poires, pêches, nectarines, abricots).

**188** hectares de bandes fleuries  
(soit l'équivalent de 270 terrains de foot !) pour apporter de la nourriture aux pollinisateurs comme les abeilles et les bourdons.

**16300** nichoirs à mésanges  
Un couple de mésanges peut consommer jusqu'à 10 000 insectes depuis la nidification jusqu'à l'envol des petits.



**2900** hôtels à insectes  
et aussi 830 gîtes à chauves-souris...

**1600** km de haies réparties sur tout le territoire  
(soit la distance de Paris à Naples !).  
**Dans chaque verger, 75% de la surface est enherbée**, ce qui constitue une zone refuge essentielle pour les insectes.

**50 000** bancs publics réalisés  
grâce au recyclage des filets paragrêle.



**1783**  
ARBORICULTEURS  
ENGAGÉS

## Qu'est-ce que le label Vergers écoresponsables ?

 **Fruits 100% français**  
récoltés à la main à maturité optimale

 **Préservation**  
de la biodiversité

 **Préférence**  
aux méthodes biologiques

 **Gestion économe** de l'eau

 **Recyclage** des déchets

 **Démarche contrôlée**  
par un organisme externe

## Parole de pomiculteur



« Préserver la biodiversité dans mes vergers est essentiel pour produire des fruits de qualité. J'en prends donc grand soin en favorisant une agriculture innovante et respectueuse de l'environnement. »

Jean-Daniel Rigaud,  
pomiculteur dans le Gard  
et le Vaucluse,  
agréé Vergers écoresponsables.