

L'Estonie

Dans ce cours :

- Carte et ressources
- Les spécialités culinaires et recettes
- Les bonnes tables et Les chefs connus
- Les sites internet

Présentation et gastronomie



Capitale : Tllin
Superficie : 45000 Km²
Population : 1 400 000 hab.
Principales villes : Tartu, Pärnu, Rapia, Narva, Viljandi...

Au nord de la Lettonie et à l'ouest de la Russie, l'Estonie est bordée par la mer baltique et le golfe de Finlande. Comme les autres pays Baltes, l'Estonie a peu de reliefs et son climat est froid et humide avec des hivers très rigoureux. Son histoire rend ce pays très proche de la Finlande donc il partage certaines habitudes alimentaires. Sa cuisine utilise beaucoup les poissons fumés et de plats à base de porc et de pommes de terre.

La carte



Les produits Marqueurs

Produits de l'agriculture et du maraichage

- Blé, orge, petits pois, choux, citrouille, betterave, lentilles

Produits de l'élevage

- Bovins, ovins, porcins, volailles.

Produits de la pêche

anchois, carpe, sandre, truites, saumon.

Produits de l'agroalimentaire

- Poissons fumés
- Pains d'épices
- Pâte d'amande

Produits laitiers

- Crème aigre

Les spécialités et les recettes

Anchois préparé avec 42 épices

Veau en gelée

Salade de hareng à la viande et aux betteraves

Oie marinée pochée

Tourte au chou farci

Mélange de 4 céréales et de pois préparés avec de la crème aigre

Bouillie de céréales et de farine servie en dessert.

Crêpes très épaisses servies avec des baies

Les bonnes tables

Produits avec sigles officiels

Menu

Kilu
Assortiment d'anchois aux épices
Estonie

Kurzemes
Boulettes de viande aux œufs durs
Lettonie

Biezpiens
Fromage
Lettonie

Sakotis
Gâteaux à la broche
Lituanie

La Lettonie

Dans ce cours :

- Carte et ressources
- Les spécialités culinaires et recettes
- Les bonnes tables et Les chefs connus
- Les sites internet

Présentation et gastronomie



Capitale : Riga
Superficie : 64856 Km²
Population : 2 400 000 hab.
Principales villes : Daugavpils, Liepaja, Jelgava, Jūrmala, Ventspils, Rēzekne...

Bordée par la mer baltique à l'ouest, la Lettonie est contiguë de la Russie et de la Biélorussie à l'est. Sa capitale, Riga est avec près de 950 000 hab. la ville la plus peuplée des pays balte. Ayant peu de reliefs, ce pays au climat froid et humide, est couvert de forêts et compte de nombreux lacs.

Sa cuisine assez simple utilise beaucoup de produits laitiers, des poissons, de la viande de porc et des soupes.

La carte



Les produits Marqueurs

Produits de l'agriculture et du maraichage

- Pommes de terre, choux, betterave à sucre, fruits rouges, blé, orge.

Produits de l'élevage

- Bovins, ovins, porcins, volailles.

Produits de la pêche

Hareng, maquereau, truites, saumon.

Produits de l'agroalimentaire

- Poissons fumés, maquereau, hareng, sprat, œufs de poissons.
- Charcuteries fraîches et fumées.
- Viennoiseries et pains.

Produits laitiers

- Lait aigre, beurre aigre, fromage blanc granuleux.

Les spécialités et les recettes

Soupe à l'orge et au lait aigre

Hareng à l'aneth

Pois au lard

Côtes de porc fumées

Boulettes de viande farcies aux œufs durs

Crème de semoule de blé

Gâteau de fête qui est un pain d'épices aux raisins

Les bonnes tables

Produits avec sigles officiels

Menu

Kilu
Assortiment d'anchois aux épices
Estonie

Kurzemes
Boulettes de viande aux œufs durs
Lettonie

Biezpiens
Fromage
Lettonie

Sakotis
Gâteaux à la broche
Lituanie

La Lituanie

Dans ce cours :

- Carte et ressources
- Les spécialités culinaires et recettes
- Les bonnes tables et Les chefs connus
- Les sites internet

Présentation et gastronomie



Capitale : Vilnius
Superficie : 65300 Km²
Population : 3 700 000 hab
Principales villes : Kaunas, Alytus, Klaipeda, Utena, Druskininkai...

La Lituanie est le seul des 3 pays Baltes frontalier avec la Pologne. Pays aux 3000 lacs, il est pratiquement plat.

Sa cuisine relativement simple, utilise principalement les poissons, la viande de porc, les pommes de terre, les choux et les betteraves..

La carte



Les produits Marqueurs

Produits de l'agriculture et du maraichage

- Pommes de terre, choux, betterave, petits pois, champignons, ail, tomates, concombres, pommes, blé, orge, seigle

Produits de l'élevage

- Bovins, ovins, porcins, volailles.

Produits de la pêche

Hareng sous toutes ses formes.

Produits de l'agro alimentaire

- Saucisses, charcuteries fumées, poissons fumés, miel...

Produits laitiers

- Lait aigre, beurre aigre, fromage blanc granuleux.

Les spécialités et les recettes

Harengs marinés avec des oignons et de la moutarde

Pudding aux pommes de terre

Salade de betterave à l'aigre doux

Saucisson

Pommes de terre râpées crues et farcies à la viande

Pudding aux pommes

Gâteau cuit à la broche

Les bonnes tables

Produits avec sigles officiels

Menu

Kilu
Assortiment d'anchois aux épices
Estonie

Kurzemes
Boulettes de viande aux oeufs durs
Lettonie

Biezpiens
Fromage
Lettonie

Sakotis
Gateaux à la broche
Lituanie