



DES SORTIES GOURMANDES

EN FAMILLE OU ENTRE AMIS

97 > 102



POUR LES PETITS (MAIS PAS QUE)

VISITEZ LES FERMES
PÉDAGOGIQUES DU LAURAGAIS

➤ Les producteurs du Lauragais sont heureux de vous accueillir dans leur exploitation pour partager avec vous leurs savoir-faire et la passion de leur métier. En vous rendant chez eux pour la vente directe, vous aurez la possibilité de découvrir de plus près leurs activités ! Que vous soyez en couple, en famille ou entre amis, des activités variées, pédagogiques et ludiques, vous sont proposées : promenades à travers champs, visites d'élevages, goûters casse-croûte...

Renseignements auprès des producteurs ou des Offices de Tourisme pour connaître les horaires de visites.



ALLONS AU(X) MARCHÉ(S)

➤ Les différents marchés du Lauragais, des plus confidentiels aux incontournables comme celui de Revel (un des 100 plus beaux marchés de France), offrent une large gamme de produits régionaux et vous permettent de rencontrer les producteurs locaux.

SUR LE LAURAGAIS, LES PRINCIPAUX :

- **Castelnaudary** : le lundi matin.
- **Bram** : le mercredi matin et le dimanche.
- **Caraman** : le jeudi matin.
- **Villefranche-de-Lauragais** : le vendredi matin.
- **Revel** : le samedi matin. Un des 100 plus beaux marchés de France.

À PROXIMITÉ DU LAURAGAIS (AVEC LA PRÉSENCE DE NOS PRODUCTEURS LOCAUX) :

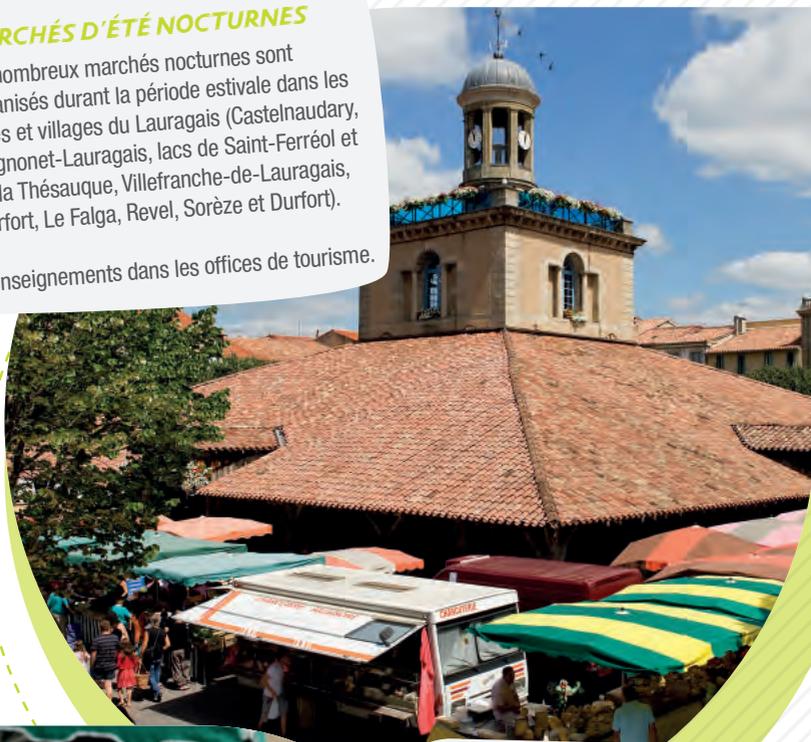
- **Mirepoix** : le lundi matin.
- **Auterive** : le vendredi et dimanche matin.
- **Carcassonne** : le samedi matin.
- **Castanet-Tolosan** : le mardi matin et le vendredi après-midi (marché bio sous la halle).
- **Limoux** : le vendredi matin.
- **Puylaurens** : le mercredi.
- **Toulouse** : du mardi au dimanche, marché du Cristal, Victor Hugo, Carmes, St Cyprien, St Aubin, etc.



MARCHÉS D'ÉTÉ NOCTURNES

De nombreux marchés nocturnes sont organisés durant la période estivale dans les villes et villages du Lauragais (Castelnaudary, Avignonet-Lauragais, lacs de Saint-Ferréol et de la Thésauque, Villefranche-de-Lauragais, Durfort, Le Falga, Revel, Sorèze et Durfort).

Renseignements dans les offices de tourisme.



RENSEIGNEZ-VOUS AUPRÈS DES OFFICES DE TOURISME POUR LES DÉNICHER.

MARCHÉS D'ÉTÉ

- **Castelnaudary** : Marché aux Truffes - FÉVRIER
Marché de potiers - MAI
Marché des Potiers - JUILLET.
Fête du Cassoulet la dernière semaine d'AOÛT.
Marché d'été tous les jeudis sur les différentes communes de l'intercommunalité - JUILLET ET AOÛT.
- **Fanjeaux** : Foire rurale et artisanale, vide grenier et marché gourmand - AOÛT.
Marché de producteurs de Pays - JUILLET.
- **Le Falga** : Producteurs artisans (marché hebdomadaire de l'été) JUILLET - AOÛT.
- **Montréal** : Marché artisanal et vide grenier - AOÛT.
- **Saint-Julia** : Marché de producteurs et artisans - AOÛT ET SEPTEMBRE.
- **Sorèze / Saint-Félix Lauragais** : Marché hebdomadaire de l'été et petit marché ambulant - TOUS LES VENDREDIS.



LES FOIRES AU GRAS

EN LAURAGAIS

➤ Près de 100 exposants, éleveurs – producteurs, vous proposent foies gras, volailles, chapons, canards, vins, confiseries et autres spécialités sur la foire au gras de Villefranche-de-Lauragais, de Belpech, de Saint-Julia-de-Gras-Capou, de Castelnaudary et de Revel de mi-novembre à mi-mars.

C'EST À REVEL QUE S'OUVRE LA SAISON DES FOIRES AU GRAS, EN NOVEMBRE ! TOUS LES SAMEDIS MATIN DE MI-NOVEMBRE À MI-MARS, LORS DU MARCHÉ HEBDOMADAIRE. CONCOURS AU GRAS MI-DÉCEMBRE.



1^{ER} WEEK-END DE DÉCEMBRE : LA FOIRE AU GRAS DE CASTELNAUDARY

- À cette occasion, Castelnaudary vous propose aussi un marché gourmand et un marché de Noël. Démonstration de recettes à base de foie gras. Le traditionnel repas cassoulet est proposé à la halle aux grains ainsi que dans les différents restaurants. Réservation à l'office de tourisme de Castelnaudary : 04 68 23 05 73

2^{ÈME} WEEK-END DE DÉCEMBRE : LA FOIRE AU GRAS DE BELPECH

- Belpech organise le samedi un concours de foies gras et de plats cuisinés traditionnels et de foies gras à l'issue duquel seront retenus dans la marque Pays Cathare les foies gras médaillés. La confrérie « Les Salsairés » accompagne l'événement. Le dimanche matin, le marché prend place et se termine par le traditionnel repas gastronomique, organisé et servi par la grande équipe du comité des fêtes, qui ravit plus de 650 participants. (Notons que se tient également à Belpech une Foire du Printemps, avec un marché du terroir, des expositions de moutons, porcs, chevaux, ânes, et une vitrine des races laitières régionales...)

