

# GUIDE

PRODUITS LOCAUX  
RESTAURATION  
ÉVÉNEMENTS

# GOURMAND

PRODUITS DU TERROIR

COMMERCES DE BOUCHE

RESTAURANTS & BARS

ESPACES DÉGUSTATION PRODUITS DE LA FERME, LOCAUX & FOOD-TRUCK

INSTANTS GOURMANDS

VISITES DE FERMES & ENTREPRISES

RECETTES LOCALES

BOUTIQUE CÔTÉ CUISINE



Ingédients pour la recette de l'aligot.

**OFFICE DE TOURISME**  
**de l'aubrac aux**  
**gorges du tarn**

LE MASSEGROS LA CANOURGUE CHANAC ST-GERMAIN-DU-TEIL

GORGES DU TARN AUBRAC GRANDS CAUSSES VALLÉE DU LOT

[www.aubrac-gorgesdutarn.com](http://www.aubrac-gorgesdutarn.com)



# Sommaire

© B. Colomb - Lozère Sauvage pour PACT Aubrac

## NOS PRODUITS DU TERROIR

P. 5 à 11

### LES REVENDEURS DE PRODUITS LOCAUX

P. 12

## LES RESTAURANTS, BARS

ESPACES DÉGUSTATION PRODUITS DE LA FERME, FOOD TRUCK

P. 13 à 24

**Autour de la Canougue / St-Germain-du-Teil**

P. 13 à 17

**Autour du Masegros / Les Vignes**

P. 18 à 21

**Autour de Chanac**

P. 22

**Food-truck**

P. 23

## MON ITINÉRAIRE GOURMAND

P. 24 à 25

### VISITES DE FERMES ET ENTREPRISES

P. 26 à 29

## LES RECETTES LOCALES

ET IDÉES RECETTES DE NOS PARTENAIRES

P. 30 à 33

## INSTANTS GOURMANDS

P. 34 à 36

### SHOPPING USTENSILES ET ARTICLES DE CUISINE

P. 37 à 38

## NOS SUPPORTS

ET RÉSEAUX SOCIAUX

P. 39



© B. Colomb - Lozère Sauvage pour Lozère Tourisme.

# BIENVENUE

**DE L'AUBRAC AUX GORGES DU TARN :**

*«Une destination en tous points gourmande !»*

Que ce soit sur **le plateau de l'Aubrac, sur les Grands Causses, dans la Vallée du Lot ou dans les Gorges du Tarn**, vous trouverez de nombreux **produits locaux saoureux** issus d'un terroir d'exception. Au coeur de la Lozère, dégustez de nombreux mets et spécialités plus succulents les uns que les autres... ICI, que vous soyez fin gourmet ou grand gourmand, vous trouverez à coup sûr votre bonheur !

**Vivez l'essentiel** et laissez-vous guider par une **expérience gustative mémorable ancrée dans nos traditions...**

Dans ce guide, partez à la découverte de nos **producteurs, artisans, commerçants, restaurateurs...** qui sauront vous accueillir et vous transmettre leur passion.

Venez faire frétiler votre palais et passer un **séjour 100% gourmand de l'Aubrac aux Gorges du Tarn !**



Pour plus d'informations, n'hésitez pas à nous contacter sur notre **site internet** ou via nos **réseaux sociaux** :



[www.aubrac-gorgesdutarn.com](http://www.aubrac-gorgesdutarn.com)



[@aubracgorgesdutarn](https://www.instagram.com/aubracgorgesdutarn)



[@gorgesdutarn](https://www.tiktok.com/@gorgesdutarn)



[@aubracgorgesdutarn](https://www.facebook.com/aubracgorgesdutarn)

# Légendes et pictogrammes

## Nos produits du terroir

---

-  Fromages et produits laitiers
-  Viandes et poissons
-  Chocolats et confiseries
-  Farines et pains locaux
-  Boissons

## Restaurants et bars

---

-  Restauration traditionnelle
-  Restauration semi-gastronomique
-  Restauration rapide
-  Dégustation produits de la ferme
-  Chèque vacances
-  Ticket restaurant
-  Chèque déjeuner
-  Pass restaurant
-  Swile
-  Apetiz
-  Dégustation produits locaux
-  Carte bancaire
-  Animaux acceptés
-  Bar
-  Terrasse
-  Anglais
-  Espagnol
-  Italien
-  Portuguais
-  Hollandais

## Visites de fermes et entreprises

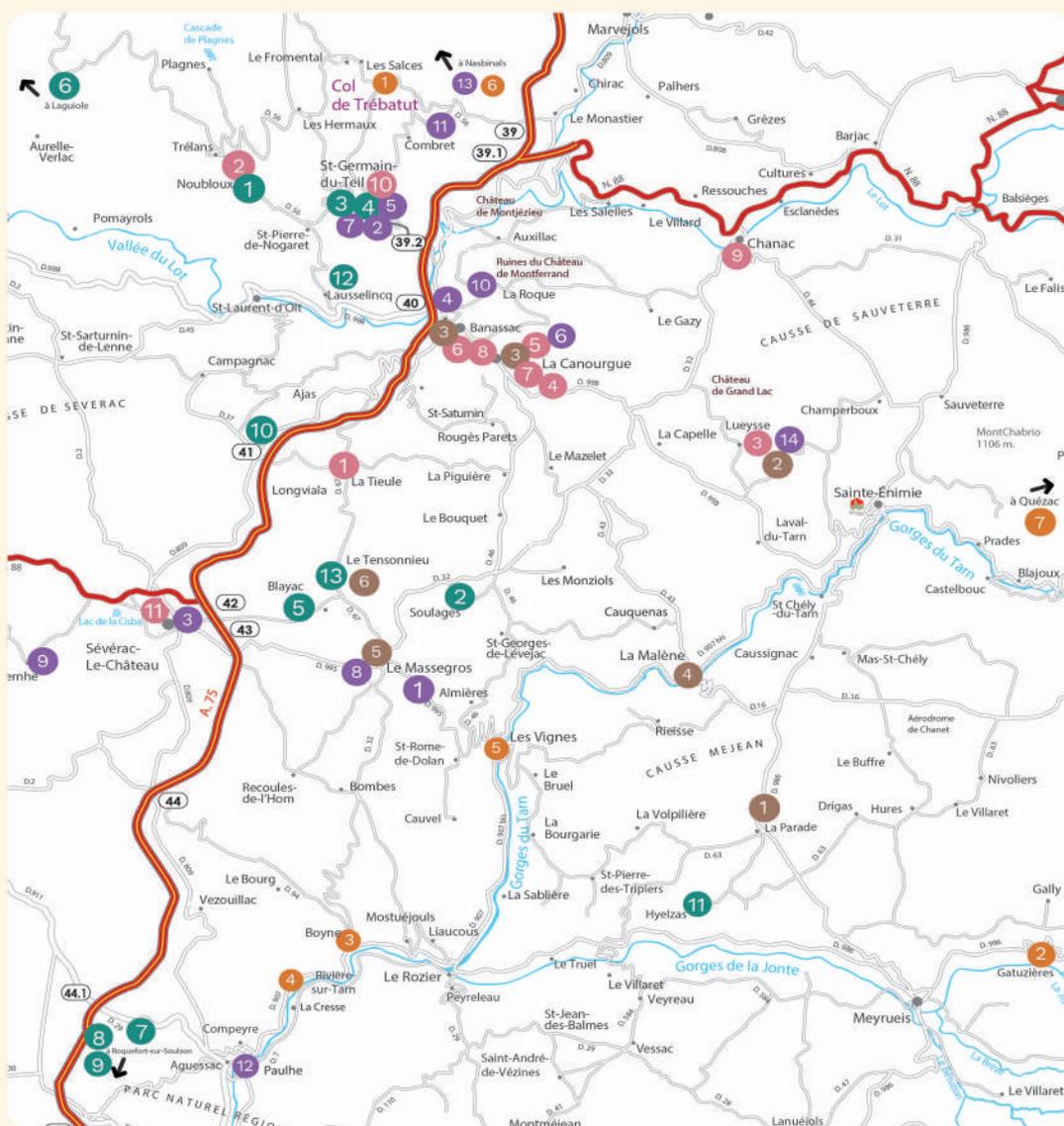
---

-  Fromages et produits laitiers
-  Viandes et poissons

# Nos produits du terroir

De l'Aubrac aux Gorges du Tarn est une destination riche en produits locaux et en traditions. Vous trouverez chez nous un grand choix de produits issus de producteurs de proximité : viande d'Aubrac, charcuterie, fromages de vache, de brebis et de chèvres, vins, bières, chocolats et confiseries...

Retrouvez sur la carte ci-dessous l'ensemble des **produits locaux de notre région\***:



\*Retrouvez les numéros, produits et producteurs correspondants à la carte dans les pages suivantes.

# Les fromages et produits laitiers

©Nature Sens'ible

Notre destination est **un territoire rural** où l'agriculture est une des principales activités économiques.

Les **fromages** produits traditionnellement dans la région sont essentiellement des fromages de **brebis** de race Lacaune (tomes, Roquefort...) mais aussi de **vaches** (Laguiole, tome fraîche pour l'aligot, tome au lait cru, lait entier...) et de **chèvres** (Cabrou...).

Côté sucré : les **yaourts fermiers au lait de brebis** voient eux aussi le jour chez nos producteurs, et notamment les **yaourts biologiques** ...



© Les coflocs pour Lozère tourisme

... encore plus gourmand : les **glaces au lait de brebis bio et au lait de vache**, et desserts lactés fabriqués artisanalement !



## OÙ RETROUVER CES PRODUITS ?

- 1 Fromages de chèvre alpine « Le cabrou d'Aubrac » | Elevage Rodier | 07 87 38 59 88  
Noubloux 48340 Trélans
- 2 Fromages de brebis « Le Lévêjac » | GAEC le Lévêjac | 06 33 88 62 03 | Soulagès 48500 St Georges de Lévêjac
- 3 Fromage de vache « Laguiole AOP » | La ferme du Teil | 07 87 53 99 76 | 48240 St-Germain-du-Teil
- 4 Fromage de vache brune | Saveur Lozère | 06 85 92 81 13 | Mascoussel 48340 St-Germain-du-Teil
- 5 Fromages de brebis | Ferme Seguin | 06 71 92 53 13 | Blayac 12150 Séverac-le-Château
- 6 Tome fraîche et aligot | Coopérative Jeune Montagne | 05 65 44 35 54 | La Borie Neuve 12210 Laguiole
- 7 Roquefort Gabriel Coulet | 05 65 59 24 27 | 12250 Roquefort-sur-Soulzon
- 8 Roquefort Papillon | 05 65 67 23 50 | 12250 Roquefort-sur-Soulzon
- 9 Roquefort Société | 05 65 58 58 08 | 12250 Roquefort-sur-Soulzon
- 10 Yaourts au lait de brebis bio | Tradi Bergère | 07 66 67 89 20 | Farnajous 12560 Campagnac
- 11 Glaces artisanales au lait de brebis bio | Glacier à la ferme Armand et Marie  
06 64 77 44 86 Hyelzas 48150 Hures-la-Parade
- 12 Crèmes glacées au lait de vache et brebis, lait en bouteille, desserts lactés...  
Le fermier gourmand | 06 40 20 84 67 / 06 43 14 01 52 | Lausselenq 48340 Saint-Pierre-de-Nogaret
- 13 Crèmes glacées au lait de chèvre et produits laitiers... | GAEC du Point Sublime  
06 51 10 67 33 | Le Tensonnieu 48500 Masegros-Causses-Gorges



© B. Colomb - Lozère Sauvage pour PACT Gorges du Tarn



## LE SAVIEZ-VOUS ?

### La Salakis

La Fromagerie du village du Masegros est la plus grande laiterie au monde en lait de brebis. Sa spécialité fromagère est la SALAKIS fabriqué avec du lait collecté dans les départements de l'Aveyron, de la Lozère, de l'Hérault, du Gard, du Tarn et de l'Aude.



# Les viandes et poissons

© Thibaut VERGOZ - pour Lozère Tourisme

Terre d'élevage au coeur des contrées lozériennes, notre destination possède de **nombreux producteurs de viandes, poissons, charcuterie et préparations locales**. Parmi les viandes locales, la plus célèbre est la **viande de bœuf Aubrac**, issue d'une race locale (plateau de l'Aubrac) historique, à la fois tendre et savoureuse...



## LE SAVIEZ-VOUS ?

### La race Aubrac :

De couleur froment, les vaches Aubrac sont reconnaissables à leurs grands yeux noirs entourés de longs cils qui semblent maquillés. Idéale pour la production de viande, la race Aubrac est réputée pour ses grandes qualités d'élevage et de rusticité.



Il est également possible de découvrir des **mets d'exception**, traditionnels ou plus atypiques: du porc fermier (notamment avec la fameuse saucisse rôtie), du canard ou, plus étonnant, de l'autruche ou du chevreau... Amateurs de **goûts originaux et bien marqués**, à vous de tester ces viandes de caractère...

## Côté poisson...

Vous ne pourrez passer dans la région sans goûter les **truites fario et arc-en-ciel** sous toutes leurs formes : truites fraîches ou fumées, rillettes...



Et notamment la fameuse «truite de Saint-Frézal» !



## OÙ RETROUVER CES PRODUITS ?

- 1 Viandes et produits à base de canards et autruches  
Ferme « Aux saveurs d'autre foie » / 06 52 75 88 91 / 48500 la Tieule
- 2 Viandes de bœuf et veau Aubrac, porc fermier, charcuterie  
Elevage Rodier / 07 87 38 59 88 / Noubloux 48340 Trélans
- 3 Viande d'agneau bio de Lozère  
GAEC de Lueysse / 06 89 23 53 34 / Lueysse 48500 Laval-du-Tarn
- 4 Truite de St Frézal | Ferme aquacole de la source du Frézal  
06 73 17 74 89 ou 04 66 32 83 54 / 48500 la Canourgue

## BOUCHERS ET CHARCUTIERS LOCAUX :

- 5 Boucherie/Charcuterie Labaume / 04 66 32 80 28 / 48500 la Canourgue
- 6 Artisans et paysans du Gévaudan / 04 66 32 87 93 / 48500 Banassac
- 7 Boucherie/Charcuterie Joyes / 04 66 32 80 49 / 48500 la Canourgue
- 8 Boucherie/Charcuterie/Traiteur Frézal / 04 66 32 81 76 48500 Banassac
- 9 Boucherie/charcuterie Paris / 04 66 48 19 34 / 48230 Chanac
- 10 Boucherie/Charcuterie St-Germanaise (Méjean) / 04 66 32 61 90  
48340 Saint-Germain-du-Teil
- 11 Boucherie/Charcuterie Chez Adou / 05 65 71 61 95 / 12150 Séverac-le-Château

## ON A TESTÉ POUR VOUS :

- Les aiguillettes farcies au foie gras - Aux Saveurs d'autre foie
- Charcuterie de boeuf, confit de boeuf, andouillette, chevreau... - Elevage Rodier
- Le fricandeau, le boeuf «label rouge», la saucisse d'herbe - Bouch./Charcut. St-Germanaise
- Le pavé canourguais - Bouch./Charcut. Joyes
- La jambe farcie - SARL Labaume
- La pancetta lozérienne, charcuterie sans nitrates, colorants ni allergènes - Maison Clavel
- Le melsat et les trénel faits maison, viandes en circuit court - Bouch./Charcut. Chez Adou
- Charcuterie séchée en cave naturelle, sans nitrite ni allergènes - SARL Tradi Viandes Lozère
- La pouteille et le boeuf séché - SARL Frézal
- Les rillettes de truite - Ferme aquacole de la source du Frézal.



\*Retrouvez la carte des producteurs et artisans locaux par catégorie à la page 5.

# Les douceurs sucrées et salées

© B. Colomb - Lozère Sauvage pour Lozère Tourisme.

**Côté sucré** mais aussi **salé**, nous avons de quoi régaler vos papilles... Au menu : confitures, biscuits et sablés, chocolats à base de produits locaux, nougats, miels, produits à base de cerises des Gorges du Tarn et de fruits rouges...

Des **gourmandises fabriquées localement**, le plus souvent à partir de **produits locaux (sauf les fèves de cacao ☺)**, qui sauront ravir petits et grands.

## OÙ RETROUVER CES PRODUITS ?

- 1 **Confitures, pâtes de fruits et biscuits apéritifs salés et biscuits sucrés...**  
**La Sauvagine** | 04 66 31 60 91 | 48500 Le Massegros
- 2 **Croquants, biscuits salés, fouaces...** | **Biscuiterie Saveurs du Teil**  
04 66 32 67 34 | 48340 St-Germain-du-Teil
- 3 **Sablés au beurre, noix, chocolat...** | **Pierre Lequepeys** | 05 65 47 66 40 | 12150 Séverac d'Aveyron
- 4 **Chocolats Malakoff** | **Chocolaterie Malakoff** | 04 66 44 09 50 | 48500 Banassac
- 5 **Chocolats et friandises** | **Carré Passion** | 06 22 40 26 68 | 48340 St-Germain-du-Teil
- 6 **Confiseries : pâtes de fruits, confitures, chocolats, glaces, guimauves...**  
**Confiserie Sophie** | 04 66 44 74 62 | 48500 La Canourgue
- 7 **Miel bio de l'Aubrac, nougat, bonbons et croquants au miel...** | **Occimiel**  
0652603591 | 48340 St-Germain-du-Teil
- 8 **Miel du Causse, bonbons...** | **Miellerie du Massegros** | 06 08 00 36 22 | 48500 Le Massegros
- 9 **Miel, pain d'épices, nougat...** | **Les ruchers de l'Olip** | 06 62 46 67 47 | 12150 Lavernhe
- 10 **Miel de Lozère, pains d'épices et propolis** | **Les ruchers de Lozère et d'Aveyron**  
06 19 87 17 13 | Le Roucat 48500 Banassac
- 11 **Fruits rouges, confitures, vinaigres... Le + : cueillette libre sur place.**  
**Les fruits rouges de la Coste** | 06 72 62 46 45 | La Coste 48340 St-Germain-du-Teil
- 12 **Cerises et produits à base de cerises** | **Maison de la cerise**  
05 65 59 00 98 | 12520 Paulhe
- 13 **Sablés (sucrés et salés), meringues et cookies au Thé d'Aubrac...**  
**La Grange au Thé** | 06 07 76 36 81 | Place du foirail 48260 Nasbinals
- 14 **Pâtes de lentilles vertes et pois chiches bio et sans gluten, lentilles et pois chiches sans gluten...** | **GAEC de Lueysse** | 06 89 23 53 34 | 48500 Laval-du-Tarn

## LE SAVIEZ-VOUS ?

### Les chocolats Malakoff

Apparu il y a plus de 160 ans, le chocolat Malakoff était connu comme un chocolat haut de gamme, créé par le chocolatier de Napoléon III. Cette recette est un mélange de chocolat, de sucre et de noisettes pour le praliné, de vanille et de beurre de cacao le tout moulé dans la masse. Aujourd'hui, il s'agit d'une spécialité locale, fabriquée à Banassac. Il n'est pas rare que les anciens se souviennent de ce chocolat comme étant « le chocolat de mon enfance ».

\*Retrouvez la carte des producteurs et artisans locaux par catégorie à la page 5.



## ON A TESTÉ POUR VOUS :

- La confiture de gratte-cul avec du fromage de brebis - La Sauvagine
- Le chocolat «le Saltou» au praliné et myrtilles de l'Aubrac - Carré Passion
- Les barres chocolatées au chocolat Malakoff - Chocolaterie Malakoff
- Le vinaigre de framboise - Les fruits rouges de la Coste
- Les croquants à la noix - Biscuiterie Saveurs du Teil
- Les sablés à la châtaigne - Les sablés de Lequepeys
- Les dômes à la guimauve - Confiserie Sophie
- Les différents miels de nos apiculteurs : bruyère blanche, toutes fleurs, de châtaignier...



# Les boissons



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé



Mais ce n'est pas tout, nous avons aussi de quoi contenter les amateurs de **boissons locales** ! De nombreux **brasseurs et domaines viticoles** sont installés en Lozère et notamment sur notre territoire.

Goûtez au vin bio, rouge, blanc ou rosé, à la bière à la robe blonde, ambrée, brune, liqueurs apéritives... ou même aux limonades et à la gentiane de l'Aubrac ! Côté boisson chaude, goûter au thé d'Aubrac : une plante de notre territoire, poussant dans les sous-bois de l'Aubrac.



## CONSEIL GOURMAND:

accompagnez vos charcuteries et fromages locaux avec un bon verre de vin rouge... (à consommer avec modération).



## OÙ TROUVER CES PRODUITS ?

- 1 Brasserie du Trébatut | Bières artisanales  
06 88 57 80 39 | Le Trébatut 48100 Les Salces
- 2 Les brasseurs de la Jonte | Bières & limonades artisanales  
09 75 96 18 79 - 07 87 20 88 68 | 48150 Gatuzières
- 3 Domaine du vieux noyer / Brasserie de Peyrelade | Vins des Gorges du Tarn & bières artisanales | 05 65 62 64 57 | Boyne 12640 Rivière-sur-Tarn
- 4 Domaine de la Cardabelle | Vins AOC Côtes de Millau, apéritifs...  
05 65 59 85 78 | Chem. du Roc de Peyrelade, 12640 Rivière-sur-Tarn
- 5 F.Guilhem, Entre deux terres | Vin «brigadier» des Vignes (Gorges du Tarn)  
06 84 14 61 79 | Le Villaret, les Vignes, 48210 Massegros-Causse-Gorges
- 6 La Grange au Thé | Thé d'Aubrac, plante locale : thé en vrac, apéritif, sirop...  
06 07 76 36 81 | Place du foirail 48260 Nasbinals
- 7 La source de Quézac | Eau de Quézac | 04 66 45 47 15 | 48320 Quézac

© B. Colomb - Lozère Sauvage pour Lozère Tourisme.

## LE SAVIEZ-VOUS ?

### Quézac :

Que s'appelle-t-elle Quézac, et oui, vous ne le savez peut-être pas mais l'eau de Quézac est originaire de Lozère. La source d'où provient cette eau naturellement gazeuse est située à côté de Quézac, village des Gorges du Tarn.



Ces divers breuvages fabriqués à partir de matières premières locales vous permettront de découvrir des **saveurs à la fois authentiques et fortes de caractère**.



# Les farines et pains locaux

Plusieurs types de **farines** (bio pour la plupart) sont produits localement, au **Moulin de la Borie** sur le Causse Méjean. En provenance directe de plusieurs producteurs locaux, tous habitants du **Causse Méjean et Sauveterre**, les diverses céréales cultivées sur ces terres permettent de produire des farines au goût et à la qualité inégalables. Blé ancien, petit épeautre, grand épeautre, lentilles, seigle, sarrasin, blé bise... Un éventail de farines idéales pour réaliser des **recettes gourmandes et généreuses**.



*D'autres moulins existent en Lozère et fournissent nos boulangeries en farines locales.*



© Rémi Flament pour PACT GDT

## OÙ RETROUVER CES PRODUITS ?

- 1 **Farine La Méjeanette** | Moulin de la Borie | 06 28 19 19 34  
48150 Hures-la-Parade
  - 2 **Farines bio de lentille vertes, pois chiche et petit épeautre de Lozère**  
GAEC de Lueysse | 06 89 23 53 34 | 48500 Laval-du-Tarn
- Pains avec la farine la Méjeanette :**
- 3 **Boulangerie L'Atelier Canourguais (et l'Atelier N°2)** | 04 66 47 04 19  
48500 la Canourgue et Banassac
  - 4 **Boulangerie Le Fournil Malénais** | 04 66 48 51 27 | 48210 La Malène
- Pains avec d'autres farines locales (Lozère ou Aveyron) :**
- 5 **Boulangerie aux 48 délices** | 04 66 31 53 46 | 48500 le Massegros
  - 6 **Boulangerie La Femme du boulanger** | 06 75 41 19 55 | Le Tensonnieu  
48500 Massegros Causses Gorges



Les **farines de la Méjeanette** sont utilisées par certains boulangers lozériens dans une démarche de circuit court afin de produire et de proposer à leur clientèle des **pains d'exception et 100% locaux**.

### LE SAVIEZ-VOUS ?

#### Le Roquefort :

Parfait pour être tartiné sur les pains de nos boulangers, ce célèbre fromage persillé au lait cru et entier de brebis, est produit exclusivement en Aveyron, dans quelques communes chez nous en Lozère et dans d'autres départements d'Occitanie. Les caves de Roquefort se visitent (voir visites d'entreprises).



### ON A TESTÉ POUR VOUS :

- **Le pain au seigle de la Méjeanette**  
Boulangerie l'Atelier Canourguais
- **Le délice du Mass (pâtisserie à la pâte su-crée, crème amande et glaçage au rhum)**  
Aux 48 délices
- **Le gâteau à la broche maison** - Boulangerie le Fournil Malénais



# Autres mets gourmands

## Les champignons



© B. Colomb - Lozère Sauvage pour PACT Aubrac

À l'automne, en Lozère, les arbres laissent apparaître à leur pied les stars de la forêt : **les champignons**. Au cœur des forêts de l'Aubrac et des Cévennes ou sur les terres arides du Causse, de nombreux champignons naissent : **cèpes, bolets, girolles, coulemelles, oreillettes, lactaires, trompettes de la mort, chateignes**, il y en a pour tous les goûts !  
*Si vous souhaitez cueillir des champignons en Lozère, il vous sera nécessaire de consulter la réglementation locale en vigueur pour éviter toute sanction.*

La **gentiane jaune, plante emblématique de l'Aubrac**, est facilement reconnaissable : avec sa grande taille et ses fleurs jaunes réparties en étages, impossible de la manquer. On se sert de sa racine pour fabriquer l'apéritif du même nom... mais gare aux personnes qui tenteraient d'essayer : sa **cueillette est réglementée** !

## La gentiane



## La truffe



© Aurélien Desmier pour Lozère Tourisme

La **truffe noire** est un champignon très apprécié pour son parfum et son goût particulier dans le monde entier. Présente et **cultivée en Lozère** sur les terres calcaires et notamment dans **les Gorges du Tarn**, ce champignon nécessite un milieu ouvert (bien ensoleillé) et un arbre hôte (ici, souvent le chêne). Si vous êtes dans le secteur début février, ne manquez pas de participer à la fête de la truffe ! Le premier dimanche de février chaque année, cette fête est un événement gourmand incontournable : dégustations truffées, démonstrations culinaires et de cavage, marché de pays, vente de truffes... Tout est réuni pour découvrir ce précieux met.

## Les châtaignes

Les **châtaignes** se récoltent du mois de septembre jusqu'à début novembre selon les années, les régions et les variétés. Chez nous, vous en trouverez sur les contreforts de l'Aubrac et dans les Cévennes.



Au cœur de l'été sur l'Aubrac, de **petites baies foncées** à la saveur douce et sucrée naissent un peu partout sur le plateau : **les myrtilles**. Les myrtilles ont besoin d'un sol acide, léger et frais et d'assez de luminosité. De 800 m à 1000 m d'altitude, on les trouve essentiellement en sous-bois mais aussi dans les terrains à ciel ouvert entre 1000 m et 1400 m : comme sur le **plateau de l'Aubrac**.

## Les myrtilles



# Les revendeurs de produits locaux

**Vous retrouverez également l'ensemble de ces produits locaux chez les commerçants revendeurs ci-dessous:**



**Votre Marché, épicerie** | Les Vignes | 04 66 48 82 30  
**Boulangerie, épicerie aux 48 délices** | Le Massegros | 04 66 31 53 46  
**Boutique produits régionaux du Pas de Soucy** | Belvédère du Pas de Soucy - 04 66 48 81 40  
**Artisans et Paysans du Gévaudan** | Banassac | 04 66 32 87 93  
**Tabac souvenirs Mirmand** | La Canourgue | 04 66 31 82 47  
**Albaret et Fils Vins et Spiritueux** | La Canourgue | 04 66 31 46 08  
**Proxi le panier de St Germain** | St Germain du Teil | 04 66 32 67 34  
**Le Panier du Causse** | ZA. La Tieule | 09 88 18 02 74  
**Le Moulin de Cénaret** | St Chély du Tarn | 04 66 31 58 36  
**Ô Saveurs d'Oc** | La Canourgue  
**La Confrérie des Vignes** | Les Vignes  
**Boucherie/Charcuterie/Traiteur Frézal** | Banassac | 04 66 32 81 76  
**Le petit marché** | Sévérac-le-Château | 05 65 71 61 95  
**Maison de tourisme et de pays du Point sublime** | Panorama du Point Sublime | 04 66 48 88 08



**Plus d'informations sur notre site internet:**  
[www.aubrac-gorgesdutarn.com/sejourner/commerces-et-artisans](http://www.aubrac-gorgesdutarn.com/sejourner/commerces-et-artisans)



## LE SAVIEZ-VOUS ?

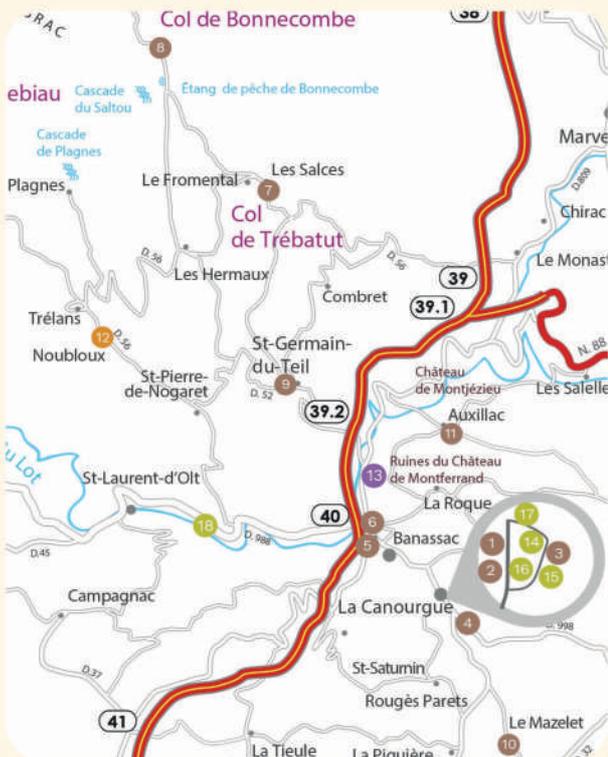
### Bleu des Causses :

Autre fromage gourmand: avec sa pâte ivoire veinée de bleu, sa croûte naturelle fleurie, une texture fondante, un goût corsé, le Bleu des Causses qui a acquis ses lettres de noblesse grâce à l'obtention de l'AOP en 1979, est un fromage au lait de vache entier à pâte persillée. Ce fromage au lait de vache puise sa puissance aromatique, son onctueuse consistance et toute l'intensité de sa saveur au cœur du terroir aveyronnais. Sa particularité est d'être affiné dans des caves d'affinages naturelles creusées dans des éboulis calcaires, exposées au Nord et parcourues de courants d'air frais et humides via des fleurines permettant le développement du Bleu.



# Nos restaurants et bars

## AUTOUR DE LA CANOURGUE SAINT GERMAIN-DU-TEIL



## AUTOUR DE CHANAC



## AUTOUR DU MASSEGROS LES VIGNES



\*Retrouvez les numéros et restaurants correspondants à la carte dans les pages suivantes.

### LE SAVIEZ-VOUS ?

#### Le buron :

Petite maisonnette sur l'Aubrac servant autrefois à loger les vachers responsables des troupeaux et à la fabrication des fromages pendant l'estive. De nos jours, les burons n'ont plus cette fonction et sont restaurés pour la plupart en restaurants où l'on vous sert un bon aligot, la spécialité de d'Aubrac.





## AUTOUR DE LA CANOURGUE / SAINT GERMAIN-DU-TEIL



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
12€  
à  
28€



LA CANOURGUE

RESTAURANT  
DU TERROIR

1

### LE COMMERCE

Après près de 40 ans d'expérience derrière ses fourneaux et mettant en valeur les recettes traditionnelles, le cuisinier Jean-Louis vous fera re-découvrir les saveurs et le goût des bonnes choses. Son frère Jacques vous accueillera au bar pour siroter tranquillement l'apéritif de la maison «le canilhac». Borne recharge véhicule électrique. Salle climatisée et service en terrasse.

**Ouvert de février à fin novembre.**

Place du Portal - 48500 La Canourgue

Tél. 04 66 32 80 18 - [le.commerce@wanadoo.fr](mailto:le.commerce@wanadoo.fr)

[www.hotel-mirmand.fr](http://www.hotel-mirmand.fr) / Facebook : @hotelducommerce48



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
18.50€  
à  
27€



LA CANOURGUE

RESTAURANT  
DU TERROIR

2

### LA CITADELLE

Laure et Guilhem vous accueillent à La Citadelle depuis avril 2009. L'établissement se situe au coeur du village de la Canourgue, à proximité de la place du pré commun. Le chef vous propose tout au long de l'année, une cuisine faite maison à partir de produits locaux.

**Ouvert tous les jours juillet/août. Avril/mai/juin/septembre: tous les jours sauf dimanche soir, lundi soir, mardi soir.**

**Fermé 4 sem. en février et 15 j. aux vacances de Toussaint.**

2 avenue des Gorges du Tarn - 48500 La Canourgue

Tél. 04 66 32 80 11 - [sudres.guilhem@orange.fr](mailto:sudres.guilhem@orange.fr)

[www.lacitadellelozere.com](http://www.lacitadellelozere.com)



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
11 €  
à  
24.50€



LA CANOURGUE

RESTAURANT  
DU TERROIR

3

### LE PORTALOU

Situé à l'écart du centre-ville, le restaurant vous accueille dans une salle climatisée. Restauration du terroir (aligot, truites élevées à la Canourgue, tripoux, foie gras maison, viande de l'Aubrac...). Accueil restaurant de 12h à 13h30 et de 19h à 20h30. Le soir, sur réservation. Parking privé.

**Ouvert tous les jours de janvier au 20 décembre.**

10 Place du Portalou - 48500 La Canourgue

Tél. 04 66 32 83 55 - [hoteleportalou@wanadoo.fr](mailto:hoteleportalou@wanadoo.fr)

[www.hoteleportalou.com](http://www.hoteleportalou.com)



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
Tarifs :  
nous  
contacter.



3 KM DE  
LA CANOURGUE

### RESTAURANT DU GOLF DES GORGES DU TARN

Sur la route des Gorges du Tarn, deux minutes après la sortie du village, le restaurant-bar du Golf vous propose un choix de salades, de grillades et de desserts maison.

**Ouvert d'avril à novembre.**

**Plus d'informations : nous contacter.**

Route des Gorges du Tarn - 48500 La Canourgue

Tél. 04 66 32 84 00





## AUTOUR DE LA CANOURGUE / SAINT GERMAIN-DU-TEIL



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
18€  
à  
29€

2 KM DE  
LA CANOURGUE

### LE CALICE DU GÉVAUDAN

À la sortie 40 de l'A75, le restaurant du Calice du Gévaudan vous surprendra par sa façade moderne et vous étonnera par sa cuisine résolument traditionnelle et gastronomique. Service en salle et en terrasse à l'assiette.

Ouvert toute l'année. Du lundi au samedi soir.

Fermeture dimanche.

2 montée de Pissa Lèbre 48500 Banassac

Tél. 04 66 32 94 18 - [contact@hotelcalicegevaudan.com](mailto:contact@hotelcalicegevaudan.com)

[www.hotelcalicegevaudan.com](http://www.hotelcalicegevaudan.com)



5



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
19,50€  
à  
38€

2 KM DE  
LA CANOURGUE

ASSOCIATION  
FRANÇAISE  
DES MÂTRES  
RESTAURATEURS



### RESTAURANT LES 2 RIVES

Le Restaurant Les 2 rives vous accueille du mardi soir au dimanche midi. Vous y serez accueillis dans 2 salles chaleureuses. Vous y dégusterez une cuisine à base de produits locaux, le tout fait maison. Pendant la saison estivale, profitez des terrasses qui donnent côté rivière au bord du Lot.

Ouvert du 7 février au 31 décembre. Ouvert du mardi soir au dimanche midi. Ouvert le dimanche soir d'avril à octobre.

1 La Mothe - 48500 Banassac

Tél. 04 66 32 99 97 - [hotel.les2rives@orange.fr](mailto:hotel.les2rives@orange.fr)

[www.restaurant-les2rives.com](http://www.restaurant-les2rives.com)



6



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
30€

6 KM DE  
ST-GERMAIN-DU-TEIL

### L'AUBERGE DU RADAL

Bar et restaurant entièrement rénovés accessible aux personnes à mobilité réduite. Produits du terroir en circuit court, fabrication de l'aligot sous vos yeux. Lieu idéal pour rassemblements... Diffusion d'un diaporama sur l'Aubrac lors du repas. (Il est recommandé de réserver pour le repas du soir.)

Ouvert du 3 février au 20 décembre. Fermé le lundi.

Col du Trébatut - 48100 Les Salces

Tél. 04 66 32 61 71 - [auberge-du-radal@wanadoo.fr](mailto:auberge-du-radal@wanadoo.fr)

[www.aubergeduradal.com](http://www.aubergeduradal.com)



7



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
19€  
à  
26€

14 KM DE  
ST-GERMAIN-DU-TEIL

### LE RELAIS DES LACS

Buron sur le plateau de l'Aubrac et sur les chemins de randonnée, GR60, Urbain V, Chemin de Saint Guilhem, Tour de l'Aubrac et sur la route des lacs. Spécialité aligot.

Ouvert du 5 avril au 2 novembre tous les jours sauf le lundi.

Bonnecombe 48100 Les Salces - Tél. 04 66 32 61 78

[www.relais-des-lacs.fr](http://www.relais-des-lacs.fr)



8



## AUTOUR DE LA CANOURGUE / SAINT GERMAIN-DU-TEIL



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
10,50€  
à  
21,50€



ST-GERMAIN-DU-TEIL

### CAFÉ DE LA PLACE

Restaurant, bar et chambres d'hôtes situé au cœur de la place du village dans une ambiance familiale, chaleureuse et conviviale. Restauration traditionnelle avec spécialité choucroute.

**Restaurant ouvert toute l'année du mardi au dimanche après-midi de 7h30 à 20h30.**

**Fermé le dimanche à 15h et le lundi.**

3 Pl. de l'Ayral - 48340 Saint-Germain-du-Teil

Tél : 04 66 94 09 33 - lecafedelaplace48@gmail.com



9



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
18.50€  
à  
25.10€



7 KM DE  
LA CANOURGUE

### AUBERGE CHEZ LOUIS

Petite auberge rurale dans un hameau sur le Parc naturel régional des Grands Causses.

Restauration traditionnelle et chaleureuse, uniquement sur réservation.

**Ouvert toute l'année sauf février.**

**Fermeture le samedi midi.**

Le Mazelet - 48500 la Canourgue

Tél. 04 66 32 83 16 - [muriel.tranchard@orange.fr](mailto:muriel.tranchard@orange.fr)

[www.gite-lozere-tarn.com](http://www.gite-lozere-tarn.com)



10



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
25€  
à  
30€



7 KM DE  
LA CANOURGUE

### LE MOULIN D'AUXILLAC

Au bord d'un ruisseau qui alimente un moulin à eau entièrement restauré, venez boire un verre ou manger un bout. Cuisine maison à partir de produits locaux, grillades et parfois quelques encas de cuisine du monde. Plat unique en hors saison, menu en saison.

**Ouvert le vendredi soir et samedi soir d'octobre à mai, du jeudi au lundi de mai à septembre. Repas de groupe sur demande, possible en dehors des horaires.**

1 espace Marcel Proust, Auxillac - 48500 la Canourgue

Tél. 07 60 23 85 14

[www.moulindauxillac.fr](http://www.moulindauxillac.fr)



11



DÉGUSTATION PRODUITS DE LA FERME  
Tarifs  
à la carte



11 KM DE  
ST-GERMAIN-DU-TEIL

### RESTAURANT DE L'ÉLEVAGE RODIER

Vivre un moment de partage autour des planches conviviales. Savourer toutes les richesses de saveur du Bœuf d'Aubrac, de la chèvre et de la pomme de terre, directement issus de la ferme. Discuter avec les producteurs et sentir la passion qui les anime vous envahir. Voici ce que propose le restaurant de l'élevage Rodier.

**Ouvert de mai à octobre les vendredis soirs et samedis soirs.**

**En juillet et août ouvert aussi le samedi midi.**

**Évènements / soirées tout au long de l'année.**

Noubloux - 48340 Trélans / Tél: 07 87 38 59 88 / 06 49 67 60 52

[elevagerodier@gmail.com](mailto:elevagerodier@gmail.com) - [www.elevagerodier.fr](http://www.elevagerodier.fr)

Facebook et Instagram : @elevagerodier



12



## AUTOUR DE LA CANOURGUE / SAINT GERMAIN-DU-TEIL



RESTAURATION SEMI-GASTRONOMIQUE  
37€



4.5 KM DE  
LA CANOURGUE

### RESTAURANT DU PLAN D'EAU DE BOOZ

Sur terrasse en bois, au cœur de la Vallée, la vue est splendide. L'intérieur spacieux est agréable et confortable. Les plats sont faits à partir de produits locaux.

**Ouvert de mi-janvier à mi-décembre. Fermé les dimanches soir et les lundis toute la saison.**  
Plan d'eau de Booz 48340 - St-Germain-du-Teil  
Tél. 07 87 93 65 73 - restaurantdebooz@orange.fr



13



RESTAURATION RAPIDE  
2.70€  
à  
22€



LA CANOURGUE

### FAST BURGER 48

Fast Burger 48 vous propose ses burgers (pain boulanger, viande de bœuf Aubrac, fromages, frites maison), paninis et américains, chicken box, petites faims (croq, nuggets, wings de poulet, oignons rings).

Chez Fast Burger 48, c'est le goût de la Lozère avant tout ! Vente sur place et à emporter.  
**Ouvert toute l'année, du mardi au dimanche, de 12h à 13h45 et de 19h à 21h. Fermé le dimanche midi et lundi.**  
3 place du Portalou - 48500 La Canourgue

Tél. 04 66 45 98 81 - looping48@yahoo.fr



14



RESTAURATION RAPIDE  
10€  
à  
21€



LA CANOURGUE

### FAST PIZZAS

Fast Pizzas vous propose un grand choix de pizzas mais également des salades et tacos. Vente sur place ou à emporter (à emporter : pizzas et tacos).

**Ouvert d'octobre à juin de 19h à 21h du mardi au dimanche. De juillet à septembre de 12h à 13h45 et de 19h à 21h30 du mardi au samedi, le dimanche du 19h à 21h30.**  
Fermé le dimanche midi et le lundi.  
8 Place du Portalou - 48500 La Canourgue  
Tél. 04 66 31 41 47 - looping48@yahoo.fr



15



RESTAURATION RAPIDE  
5€  
à  
13.50€



LA CANOURGUE

### PIZZERIA HE PAPE

A la pizzeria Hé Papé, nous préparons nos pizzas avec cœur et dans la bonne humeur ! Forts de nos formations à Naples et à Paris, nous sommes méticuleux sur le choix de nos produits et ferons tout notre possible pour vous faire retrouver les saveurs d'Italie ici à La Canourgue. Ciao belli !

**Ouvert tous les jours midi et soir. Fermé le mardi midi et soir et le dimanche midi. Ouvert 7j/7j l'été.**

5 avenue des Gorges du Tarn - 48500 La Canourgue  
Tél: 04 66 47 03 76 - pizzeria.hepape@outlook.fr  
Facebook: @PizzeriaHePape - Instagram: @pizzeria.hepape



16

## 📍 AUTOUR DE LA CANOURGUE



RESTAURATION RAPIDE

4.40€  
à  
14€

17



LA CANOURGUE

### SANDWICHS & CHANTILLY

Vente de sandwichs, salades, desserts et pâtisseries fines à emporter. Fabrication maison et produits locaux. La carte varie tous les mois environs suivant la saison. Formule à 14€ (sandwich + entrée + pâtisserie ou dessert). Thé, café et boissons chaudes sur place ou à emporter. Commande de pâtisseries possible. Ouvert de 10h à 18h toute l'année. De 9h à 14h le dimanche. Fermé le lundi : horaires variables, nous contacter. 9 rue de la ville - 48500 La Canourgue Tél. 04 66 41 72 93 - sandwichs.chantilly@gmail.com

Facebook : Sandwichs et chantilly



RESTAURATION RAPIDE

3€  
à  
14.50€

18



7 KM DE  
LA CANOURGUE

### SNACK DU CAMPING DE LA VALLÉE

Snack en terrasse ou en intérieur au camping sur réservation. Repas servi le soir et le midi sur réservation.

Petit déjeuner, Tartines /frites, Salades, Saucisses / frites  
Ouvert de mai à septembre (période d'ouverture du camping).  
7 Lieu-dit Miège Rivière 48500 Banassac-Canilhac  
Tél. 04 66 32 91 14 - contact@camping-vallee-du-lot.com  
www.camping-vallee-du-lot.com



## 📍 AUTOUR DU MASSEGROS / LES VIGNES / GORGES DU TARN



RESTAURATION TRADITIONNELLE

15€  
à  
28€

1



LE MASSEGROS

### CHEZ RICOU

Restaurant de cuisine traditionnelle en semaine avec un menu unique à 15€, le dimanche menus de 20€ à 28€ avec plusieurs plats au choix. Services annexes : bureau de tabac, Française des jeux et vitrine de produits locaux (fromages, biscuits et confitures, miel, apéritifs...) Ouvert de 7h à 20h, fermé le samedi. Place de la Mairie 48500 le Massegros Tél. 04 66 48 80 07



RESTAURATION TRADITIONNELLE

19,50€  
à  
23,50€

2



LES VIGNES

### RESTO-BAR ALEX

Bar-Restaurant, en plein cœur des Gorges du Tarn, avec salle intérieure et terrasse avec vue panoramique sur le Tarn. Des plats typiques vous seront servis (aligot, saucisse, truite...). Menus et carte. Possibilité de panier pique-nique. Ouvert à l'année, dès 7h. Fermé 15 jours à Noël. 3 rue Alexis Solanet 48210 les Vignes Tél. 04 66 48 81 77 / 06 30 62 08 01 contact@hebergement-gorgesdutarn.fr www.hebergement-gorgesdutarn.fr





## AUTOUR DU MASSEGROS / LES VIGNES / GORGES DU TARN



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
22€  
à  
28€

3



LES VIGNES

### LE PARISIEN

Cuisine maison préparée à partir de produits frais et de saison, locaux et/ou biologiques. Bières, limonades et jus de fruits locaux, vins biologiques. Menu du jour. Grande terrasse avec vue exceptionnelle sur les Gorges du Tarn. Gentillesse et bon accueil garantis par l'équipe !  
**Ouvert du 25 avril au 28 septembre (ouvert tous les jours midi et soir en juillet et août, en dehors : nous contacter).**  
2 rue de la Tieule 48210 Les Vignes  
Tél. 04 66 41 01 20 - hotelleparisien48@orange.fr  
www.leparisiendesvignes.com



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
19€  
à  
40€

4



9 KM  
DU MASSEGROS

### HOTEL RESTAURANT LA BERGERIE

Le restaurant se situe près du château de Séverac d'Aveyron. Fabien et Rémy vous proposent de la viande d'Aubrac sur pierre chaude, croûte aux morilles et petits plats faits maison.  
**Ouvert toute l'année sauf congés annuels du 31 décembre 2024 au 10 mars 2025. Fermé le dimanche soir et lundi sauf juillet et août ouvert 7j/7j.**  
24 rue du Barry – 12150 Séverac-le-Château  
Tél. : 05 65 60 22 42 - mellan.fabien@orange.fr  
www.hotellabergerie.fr



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
15€  
à  
25€

5



12 KM  
DU MASSEGROS

### LE RESTO DES CALQUIÈRES

Restaurant de camping avec salle panoramique, pizza, burgers, grillades, spécialités. Service uniquement le soir (réservation recommandée et hors-saison : sur réservation). Formule petit déjeuner dès 7h. Repas de groupes, nous consulter. Soirées concert en juillet et août.

Tarifs et ouverture sous réserve d'évolution.

**Ouvert du 8 avril au 15 septembre.**

17 avenue Jean Moulin 12150 Séverac-le-château  
Tél. 05 65 47 64 82 - lesalquières@orange.fr  
www.camping-aveyron.fr



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
12€  
à  
20€

6



28 KM  
DES VIGNES

### SPÉLÉO CAFÉ

Situé sur le site de la grotte de l'Aven Armand au coeur du Causse Méjean, le Spéléo Café vous accueille toute la journée autour d'un verre ou pour vous restaurer en service continu. C'est avec la plus grande attention portée à une sélection rigoureuse des produits du coin que nous vous proposons une carte très locale qui revisite les traditions culinaires caussenardes. Venez croquer le pays en toute convivialité et simplicité !  
**Ouvert tous les jours du 5 avril au 2 novembre 2025.**  
Plus d'informations : [www.aven-armand.com](http://www.aven-armand.com)  
48150 Hures-la-Parade  
Tél. 04 66 45 61 31





## AUTOUR DU MASSEGROS / LES VIGNES / GORGES DU TARN



RESTAURATION SEMI-GASTRONOMIQUE

39€  
à  
53€

7



11 KM  
DES VIGNES

### RESTAURANT DE LA MUSE ET DU ROZIER

Notre restaurant propose une cuisine goûteuse et raffinée révélant la saveur des meilleurs produits locaux. Dans sa carte qui évolue au rythme des saisons, le chef ne met en scène que des produits frais et de qualité.

**Ouvert du 19 avril au 30 septembre.**

**Ouvert du mardi au dimanche pour le dîner.**

**Fermé le lundi.**

La Muse - 12720 Mostuéjols - Tél. 05 65 62 60 01

info@hotel-delamuse.fr - www.hoteldelamuse.fr



RESTAURATION RAPIDE

18€  
à  
28€

8



7 KM  
DU MASSEGROS

### SNACK-BAR DU POINT SUBLIME

Au cœur d'un site classé au patrimoine mondial de l'UNESCO, accordez-vous une pause gourmande sur notre terrasse panoramique avec vue sur les Gorges du Tarn. Restauration rapide, grillades au feu de bois et glaces artisanales sauront vous ravir.

**Ouvert de Pâques à Toussaint (suivant la météo).**

**Repas uniquement le midi, fermé le soir.**

Le Point Sublime 48500 St-Georges-de-Lévêjac

Tél. 04 66 48 86 82



RESTAURATION RAPIDE

8€  
à  
20€

9



21 KM  
DU MASSEGROS

### RESTO DU PLÔ

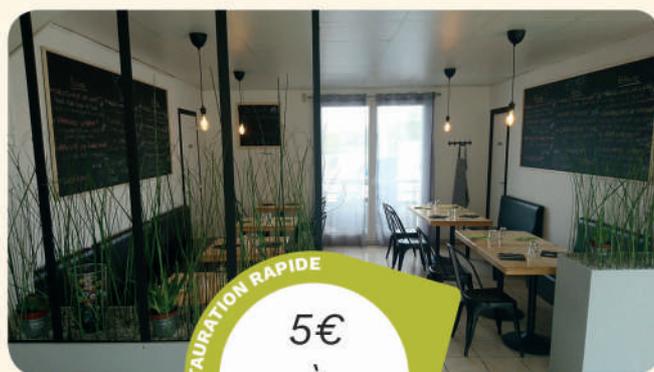
Le Resto du Plô est un charmant établissement niché au cœur d'un cadre convivial et chaleureux. Nous mettons à l'honneur une cuisine généreuse, mêlant saveurs locales et traditions. Que ce soit pour un repas en famille ou entre amis, c'est une adresse incontournable pour gourmands en quête de simplicité et de qualité.

**Ouvert toute l'année. Le soir, du jeudi au dimanche et le midi sur réservation.**

Route de Lavernhe, Recoules-Prévinquières

12150 Severac d'Aveyron - Tél. 06 86 63 63 75

campingleploaveyron@gmail.com - Fb : Resto du Plô



RESTAURATION RAPIDE

5€  
à  
12.50€

10



12 KM  
DU MASSEGROS

### PIZZERIA LE GRAILLOU

Pizzeria située dans le centre-ville de Sévérac d'Aveyron. La pizzeria vous accueille en terrasse, en salle pour déguster pizzas, wraps, salades, frites, paninis ou tartines selon vos préférences. Plat à emporter.

**Ouvert tous les jours, midi et soir sauf le lundi et dimanche midi.**

2 place Jean Jaurès 12150 - Sévérac d'Aveyron

Tél. 05 65 78 60 10





## AUTOUR DU MASSEGROS / LES VIGNES / GORGES DU TARN



DÉGUSTATION PRODUITS LOCAUX  
8€  
à  
22€

11



LES VIGNES

### LA BUVETTE GOURMANDE DU MOULIN DE PARAYRE

Venez profiter des terrasses et de l'hectare de terrain aménagé en bord du Tarn, autour d'un verre, d'une planche de produits de terroir à partager ou d'une glace artisanale. Venez vous détendre seul ou en groupe, en famille, entre amis, dans un lieu de vie, de rencontres, d'échanges en convivialité.

Ouvert du 1<sup>er</sup> juin au 30 septembre de 9h à 22h30.

1 rue de la Tieule 48210 Les Vignes

Tél. 06 25 67 01 03 - moulindeparayre@gmail.com

www.buvettegourmande.fr



DÉGUSTATION DE PRODUITS LOCAUX  
Tarifs à  
partir de  
4€.

12



7 KM  
DE STE-ENIMIE

### AUX CINQ ARCHES GUINGUETTE

Venez vous installer confortablement face à l'une des plus belles vues des Gorges, pour déguster et siroter des mets et boissons locales et découvrir nos événements. Tapas, bières/vins.

Ouvert d'avril à novembre, 7/7 en été, horaires : nous contacter.

Panorama de Castelbouc 48210 Gorges du Tarn Causses

Tél. 04 66 44 20 18

aux5arches@gmail.com



DÉGUSTATION PRODUITS DE LA FERME  
Glaces et  
coupes  
glacées :  
3€ à  
9,90€

13



28 KM  
DES VIGNES

### GLACIER À LA FERME ARMAND ET MARIE

Le glacier fermier Armand et Marie vous fait découvrir ses glaces bio au lait de brebis de la ferme. Coupes glacées avec chantilly et différents coulis maison, boissons chaudes ou froides bio sauront vous séduire.

Ouvert de Samedi 5 Avril au dimanche 14 septembre de 14h à 18h30. Avril, Mai, Juin, Septembre: fermé le mardi et mercredi. Juillet, Août: fermé le vendredi et samedi.

Visite de la traite uniquement les jours d'ouverture à partir de 17h.

Hyelzas 48150 Hures-La-Parade

Tél. 06 64 77 44 86 - www.armand-et-marie.com

Facebook : @ArmandetMarieGlacesBrebisBio





## AUTOUR DE CHANAC



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
19€  
à  
27€

6 KM  
DE CHANAC

1

### FERME AUBERGE DU GAZY

Située dans un hameau du causse de Sauveterre, cuisine familiale avec produits de la ferme. Sur réservation.

**Ouvert d'avril à fin décembre, sur réservation.**  
Le Gazy - 48230 Chanac  
Tél. 04 66 48 21 91 - [elisabethpradeilles@orange.fr](mailto:elisabethpradeilles@orange.fr)  
[www.legazytourisme.e-monsite.com](http://www.legazytourisme.e-monsite.com)



RESTAURATION TRADITIONNELLE  
21€  
à  
25€

8 KM  
DE CHANAC

2

### FERME AUBERGE DU MONTET

Vous pourrez déguster les produits de la ferme : charcuterie, cochon grillé, volailles, champignons... Cuisine familiale et traditionnelle. Spécialités lozériennes : charcuterie, aligot, truffade... Tous les vendredi soir de l'été : cochon grillé, truffade, coupétade, pain cuit au four à bois. Aire de stationnement camping-car (sans service).

**Ouvert toute l'année midi et soir sur réservation.**  
Le Montet - 48230 Les Salelles Tél. 04 66 48 24 42  
[fermeaubergedumontet@wanadoo.fr](mailto:fermeaubergedumontet@wanadoo.fr)  
Facebook : @fermeaubergedumontet



RESTAURATION RAPIDE  
10€  
à  
16€

CHANAC

3

### PIZZA ROCK

Vente de pizzas sur place ou à emporter, boissons et glaces, le tout dans une ambiance Rock et conviviale.

**Ouvert de 11h à 14h et de 18h à 22h en saison.**  
**Fermé le mardi.**  
**Hors saison: Ouvert que le soir à partir de 18h.**  
Place du Triadou 48230 Chanac  
04 34 25 96 30



# NOS FOOD-TRUCK



FOOD-TRUCK

5€  
à  
18€



LES VIGNES

## L'ENCAS DES VIGNES

Food truck familial, cuisinant des produits frais et locaux, changeant QUOTIDIENNEMENT. Possibilité d'évènements privés. (quantité limitée selon arrivage produits frais).

**Ouvert toute l'année, horaires à préciser selon la saison (nous contacter).**

2 Rue de St Préjet - Les Vignes 48210 Massegros  
Causses Gorges  
06 88 78 90 56  
Facebook : L'encas des Vignes



FOOD-TRUCK

3€  
à  
14€



ST-GERMAIN-DU-TEIL

## PASTA BLUES

Plats à emporter, snacking, pizzas à partir de produits locaux. Producteur de pâtes fraîches et dérivés: spaghetti, tagliatelle, penne rigate, lasagnes... depuis le local de Saint-Germain-du-Teil, en food-truck ou traiteur.

**Ouvert toute l'année. Période estivale (dès mai) : du lundi au samedi de 9h30 à 20h et le dimanche de 18h à 21h.**

6 rue du gendarme Merle 48340 Saint-Germain-du-Teil  
06 85 51 87 03  
Facebook : SAS Pasta Blues Restauration  
Instagram : Pastablues48



## On vous informe

De nombreux restaurants et food-truck existent sur notre territoire.

Les informations mentionnées et les tarifs affichés peuvent évoluer au cours de l'année 2025...

N'hésitez-pas à les contacter pour plus de renseignements.

# Mon escapade gourmande...

## LE PLATEAU DE L'AUBRAC

Au départ de St Germain du Teil :

Débutez votre itinéraire gourmand sur le **plateau de l'Aubrac** en dégustant un réconfortant **saucisse aligot**, de la **truffade**, de la **viande de boeuf «Aubrac»**... Ces spécialités aubracaises se dégustent idéalement dans un buron ou une auberge traditionnelle.

Vous pourrez aussi goûter au **Laguiole AOP** et aux autres **fromages de vache et de chèvre** produits sur le plateau.

Vous y trouverez aussi du délicieux **miel d'Aubrac** en direct chez les apiculteurs, des **champignons** à l'automne, **myrtilles** en été et **gentiane** au printemps, de la charcuterie...

Mais aussi des **produits plus originaux** comme des **produits à base de fruits rouges**, des **chocolats**, des **crèmes glacées** et **produits laitiers** au lait de vache et de brebis...

Chez certains restaurateurs ou commerçants, vous aurez l'opportunité de goûter au **thé d'Aubrac** : une plante rare, issue de notre territoire au parfum subtil mais prononcé.



© B. Colomb - Lozère Sauvage pour PACT Aubrac

## LES GORGES DU TARN ET LES GRANDS CAUSSES



Un peu plus en hauteur, découvrez le village du **Massegros** sur le **Cause de Sauveterre** et traversez les Gorges du Tarn pour vous rendre sur le Causse Méjean.

Territoires façonnés par l'agro-pastoralisme et par l'élevage de brebis laitières, vous pourrez tester les **nombreux fromages** au lait de brebis : **tomes**, tomettes au lait cru, **Roquefort**...

Dans le passé, la vie était assez rude sur les Causse, ce qui a donné naissance à des plats rustiques, élaborés avec des ingrédients qu'on avait «sous la main» tels que les **manouls**, les **tripoux** ou la **coupétade**. Vous pourrez déguster ces plats dans les restaurants locaux, et même aux **fêtes de villages** !

Vous y trouverez aussi de **nombreux produits locaux** : confitures, miels, glaces au lait de brebis, farines locales...

Dans les Gorges du Tarn, vous trouverez de nombreuses truites.

# ...De l'Aubrac aux Gorges du Tarn

## LA VALLÉE DU LOT

Poursuivez votre route vers la Vallée du Lot et rendez vous à la **Canourgue** où la gastronomie est à l'honneur.

Vous pourrez y déguster la «**pouteille**», plat originaire du village beaucoup cuisiné à l'époque et aujourd'hui toujours en vente chez les bouchers et cuisinée au restaurant «le commerce». Les **manouls** sont aussi une spécialité locale tout comme la **truite de St-Frézal**, élevée à la ferme aquacole de St-Frézal à la Canourgue.

Profitez-en pour visiter le coeur de la «Petite Venise Lozérienne».

Plus à l'est de la Vallée du Lot, à **Chanac**, vous trouverez du fromage de vache, des spécialités charcutières, des bières locales... Vous recroiserez aussi le chemin des manouls ou tripoux, spécialités locales inévitables.

De **nombreux producteurs et entreprises alimentaires** sont situées dans la Vallée du Lot : chocolaterie, salon de thé, commerces de bouche, apiculteurs...



© B. Colomb - Lozère Sauvage pour PACT Aubrac



### LE SAVIEZ-VOUS ?

#### Le salon de thé Chocolaterie Malakoff :

La chocolaterie Malakoff à Banassac possède un **espace salon de thé** avec en été des **crêpes** faites maison, à agrémenter de pâte à tartiner et autres douceurs...

Chocolat, noisettes, pistaches, banane... de **nombreuses saveurs** se retrouvent dans les pâtes à tartiner. **Sans huile de palme**, vous sentirez le bon goût du **chocolat Malakoff** d'une fabrication artisanale française.



© B. Colomb - Lozère Sauvage pour PACT Aubrac

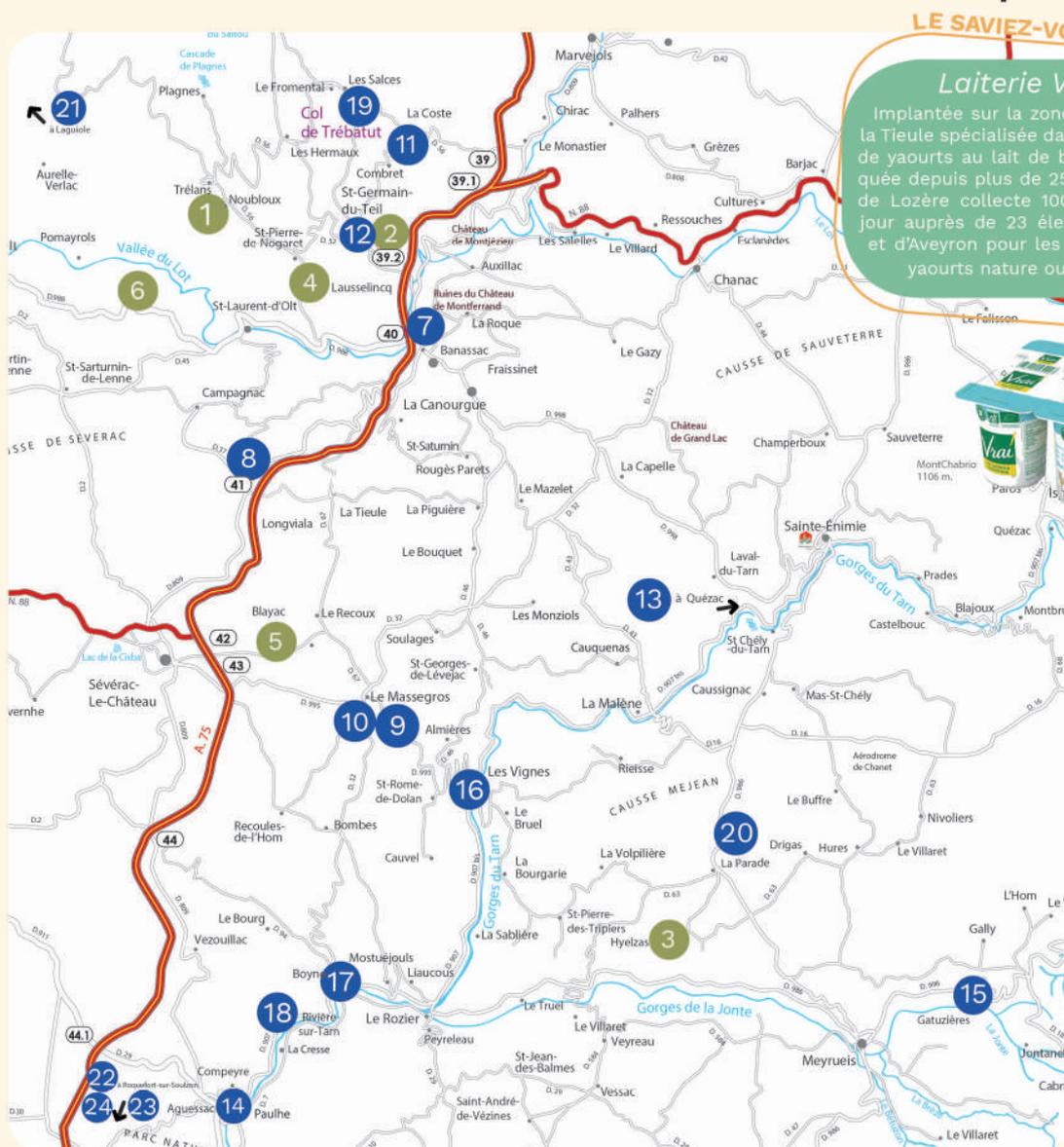
### CHEZ NOS VOISINS...

Les spécialités du département voisin de l'**Aveyron** comme le **la fouace** (sorte de brioche trouée au milieu et sucrée sur le dessus), le **gâteau à la broche** (gâteau cuit au feu de cheminée, en versant une pâte liquide sur une broche de forme conique) et les **farçous** (petits beignets aux herbes, blettes et à la viande hachée originaires de l'Aveyron) sont eux aussi présents chez les artisans et commerçants de notre destination.

# Visites de fermes et entreprises

Après vous avoir fait saliver avec tous nos produits locaux et nos restaurants, bars, espaces de dégustation de produits de la ferme et food-truck laissez-nous vous présenter les **nombreuses visites de fermes et entreprises** à faire absolument pendant votre séjour.  
**Rencontrez nos producteurs et artisans du goût, visitez leur lieu de fabrication et savourez...**

Retrouvez ci-dessous la carte de l'ensemble des **visites de fermes et entreprises\***:



\*Retrouvez les numéros et visites de fermes/ entreprises correspondants à la carte dans les pages suivantes.

# Les visites de fermes

© B. Colomb - Lozère Sauvage pour PACT Aubrac

- 1 **ÉLEVAGE RODIER** à Noubloux : **Visite gratuite de l'élevage familial mené en agriculture raisonnée** pour des produits sains et de qualité. Vente de produits de la ferme toute l'année : viandes, charcuteries, fromages, plats cuisinés...  
07 87 38 59 88
- 2 **LA FERME DU TEIL** à St-Germain-du-Teil : **Visite guidée gratuite de la fromagerie** et vente du Laguiole AOP fermier.  
07 87 53 99 76
- 3 **GLACIER À LA FERME ARMAND ET MARIE** à Hyelzas : **Visite gratuite et libre de la traite les jours d'ouverture du glacier.**  
06 64 77 44 86
- 4 **LE FERMIER GOURMAND** à Lausselenq : **Visite gratuite de la traite et de la ferme tous les jours, découverte de l'atelier de transformation** (boutique et dégustation de glaces, crêpes et gaufres).  
06 40 20 84 67



Et aussi...

- 5 **FERME SEGUIN** à Blayac (Aveyron) | 06 71 92 53 13 | Brebis.
- 6 **FERME DU BÊÊÊZ** au Bez, Saint-Laurent-d'Olt (Aveyron) | 06 78 32 88 34  
Chèvres de races protégées, cosmétiques.



**Vous souhaitez connaître les horaires, dates et détails des visites de ces fermes ?**



Consultez notre **carte touristique** en libre distribution dans nos bureaux ou RDV sur notre site :  
[www.aubrac-gorgesdutarn.com](http://www.aubrac-gorgesdutarn.com)

# Les visites d'entreprises et ateliers



- ⑦ *CHOCOLATERIE MALAKOFF & CIE* à Banassac : **Visite libre ou guidée de la chocolaterie**, découvrez par transparence les conditionnements de des nombreux chocolats et pâtes à tartiner. Vente des produits sur place. 04 66 44 09 50
- ⑧ *ATELIER DE TRANSFORMATION YAOURTS TRADI-BERGERE* à Farnajous (Sortie 41 de l'A75) : **Visite guidée gratuite de la fabrique** La Ferme du Causse vous ouvre les portes de son nouvel atelier de transformation de yaourts au lait de brebis bio (Médaillé 17 fois au Concours Général agricole de Paris). Boutique le Panier du Causse sur place. | 07 66 67 89 20 – 05 65 69 33 08
- ⑨ *CONFITURERIE BISCUITERIE LA SAUVAGINE* au Massegros : **Visite guidée gratuite de la fabrique artisanale de confitures** et sirops au chaudron et de biscuits salés et sucrés... Vente sur place. 04 66 31 60 91 - 07 52 62 40 97
- ⑩ *MIELLERIE DU MASSEGROS* au Massegros : **Visite guidée gratuite et dégustation des produits de la ferme.** | 06 08 00 36 22
- ⑪ *FRUITS ROUGES DE LA COSTE* à la Coste à St-Germain-du-Teil : Venez à la rencontre des producteurs de fruits rouges autour des **goûters à la ferme**, de la **visite de l'exploitation** et de la boutique à la ferme. | 06 72 62 46 45

Et aussi...

- ⑫ *OCCIMIEL* à Saint-Germain du Teil | 06 52 60 35 91 | Miel biologique et produits à base de miel.
- ⑬ *SOURCE DE QUÉZAC* à Quézac | 04 66 45 47 15 | Eau de Quézac.

CÔTÉ MUSÉE...



- ⑭ *LA MAISON DE LA CERISE* à Paulhe : **Visite libre et gratuite du musée, balade accompagnée...** Boutique de produits régionaux à base de cerises de la vallée du Tarn. | 05 65 59 00 98



- 15 *LES BRASSEURS DE LA JONTE* à Mas Pradès (Gatuzières) : **Visite guidée gratuite de la brasserie et dégustation de bières et limonades gratuite.** Découvrez les secrets de fabrication de la bière artisanale. Boutique et terrasse les pieds dans l'eau sur place. 09 75 96 18 79
- 16 *F. GUILHEM, ENTRE DEUX TERRES* au Villaret (les Vignes) : **Visite guidée œnotouristique,** à travers vignes et jardin, passage en cave, dégustation du vin produit au domaine, vivez une expérience singulière lors d'une visite confidentielle.

Et aussi...

- 17 *DOMAINE DU VIEUX NOYER ET BRASSERIE DE PEYRELADE* à Boyne | Visite guidée | 05 65 62 64 57
- 18 *DOMAINE DE LA CARDABELLE* à Rivière sur Tarn | Visite guidée | 05 65 59 85 78

19 *BRASSERIE DU TRÉBATUT* | Vente en direct, visite sur demande. 06 88 57 80 39



- 20 *MOULIN À VENT DE LA BORIE* à Hures-la-Parade : **Visite guidée du moulin à vent et de son fonctionnement.** Vente des farines sur place. | 06 28 19 19 34
- 21 *COOPÉRATIVE JEUNE MONTAGNE* à Laguiole : **Visite libre ou guidée de la coopérative et dégustation gratuite.** Découvrez les coulisses de la fabrication du Laguiole AOP et de son aligot de l'Aubrac. | 05 65 44 35 54
- 22 *VISITE DES CAVES ROQUEFORT GABRIEL COULET* à Roquefort sur Souzlon : **Visite libre gratuite des caves, dégustation du Roquefort Gabriel Coulet.** Visite guidée gratuite des caves Gabriel Coulet à partir de 15 personnes (contact par téléphone). 05 65 59 24 27
- 23 *VISITE DES CAVES ROQUEFORT PAPILLON* à Roquefort sur Souzlon : **Visite guidée gratuite des caves, découverte des secrets de fabrication du Roquefort Papillon, dégustation.** | 05 65 67 23 50 - 06 32 64 91 67
- 24 *VISITE DES CAVES ROQUEFORT SOCIÉTÉ* à Roquefort sur Souzlon : **Visite guidée suivie d'une dégustation** des caves Roquefort Société. Votre guide vous accompagnera à la découverte d'un lieu insoupçonné. | 05 65 58 54 38

**Vous souhaitez connaître les horaires et dates des visites de ces entreprises et musées ?**

Consultez notre **carte touristique** en libre distribution dans nos bureaux ou rdv sur notre site : [www.aubrac-gorgesdutarn.com](http://www.aubrac-gorgesdutarn.com)

### LE SAVIEZ-VOUS ?

#### Le Laguiole

Tout comme la tome fraîche pour l'aligot, le Laguiole est fabriqué et affiné au cœur de l'Aubrac. Il est produit selon les méthodes traditionnelles héritées des moines et des buronniers de l'Aubrac. Dans la famille des fromages à pâte pressée non cuite, le Laguiole AOP séduira les fans à la recherche d'un fromage au lait cru et entier qui lui confère sa typicité et son caractère. La couleur de sa robe, son goût et sa texture évolueront lentement sous l'action du temps et des soins des affineurs.



# Les recettes locales

Qui dit nombreux produits locaux, dit nombreux plats à déguster mais aussi à réaliser !  
Que ce soit des recettes traditionnelles ou plus originales, vous en trouverez forcément une qui vous plaira !  
Laissez-nous vous les présenter...

© B. Colomb - Lozère Sauvage pour PACT Aubrac

## TOP 5 DES SPÉCIALITÉS À GOÛTER ABSOLUMENT CHEZ NOUS

- 1 **Les manouls** : spécialité lozérienne à base de mouton, variante des tripoux.
- 2 **L'aligot** : plat traditionnel originaire du plateau de l'Aubrac, à base de tome fraîche, pommes de terre, crème fraîche, beurre, ail...
- 3 **La pouteille** : spécialité canourguaise, daube de boeuf avec des pieds de porc...
- 4 **La truffade** : plat à base de pommes de terre sautées, tome, ail, persil...
- 5 **La coupétade** : douceur sucrée lozérienne à base de pain rassi, lait, pruneaux...

UN PEU PLUS DANS LE DÉTAIL...

### Les manouls



#### Ingrédients

- tripes et panse de mouton
- fraise de veau
- poitrine salée
- os de jambon de pays
- sel et poivre
- 1 oignon
- clous de girofle
- carottes
- bouquet garni
- vin blanc

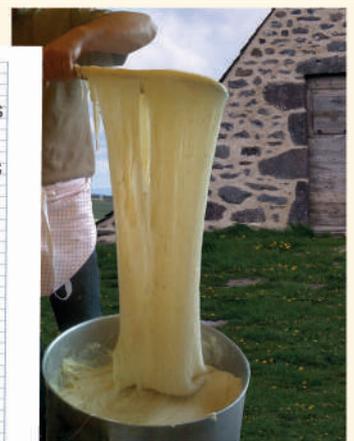
- 1) Laver les tripes, la panse et la fraise.
- 2) Dans la panse, découper des cercles de 12 cm de diamètre. Couper le reste de panse, les tripes et la fraise de veau en petits morceaux avec un peu de poitrine salée. Saler, poivrer et mélanger le tout.
- 3) Déposer de la farce sur chaque cercle, rabattre les bords et coudre ou ficeler la panse. Dans une cocotte où seront déjà déposés : un oignon piqué de clous de girofle, des carottes en rondelles, l'os de jambon de pays, le bouquet garni, du sel et du poivre, placer les manouls et couvrir l'ensemble d'eau et de vin blanc en quantité égale.
- 4) Servir bien chaud.

### L'aligot

#### Ingrédients (4 pers.)

- 1 kg de pommes de terre bintje
- 400g de tome fraîche
- 200g de crème fraîche épaisse
- 1 ou 2 gousses d'ail
- Sel et poivre

- 1) Eplucher les pommes de terre et les gousses d'ail. Couper les pommes de terre en gros morceaux et les faire cuire avec l'ail 20 min. dans l'eau bouillante.
- 2) Pendant ce temps, couper la tome fraîche en fines lamelles. A la fin de la cuisson retirer l'ail, passer les pommes de terre au presse-purée en ajoutant éventuellement un peu d'eau de cuisson, pour obtenir la consistance désirée.
- 3) Incorporer la crème fraîche en mélangeant avec une cuillère en bois, puis ajouter 400g de tome fraîche en remuant énergiquement afin d'aérer l'aligot qui doit filer au bout de la spatule en formant un ruban.



## La pouteille



### Ingrédients (6 pers.)

- 500 g de bœuf à braiser (paleron...) coupé en morceaux
- 3 pieds de porc dessalés, fendus et partagés
- 2 oignons
- 1 ail
- 2 échalotes
- 40g de saindoux
- 1 c. à s. de farine
- 1 litre de vin
- 1 bouquet garni (laurier, thym, persil)
- 1 kg de pommes de terre
- Sel et poivre

- 1) Préparer une marinade avec un oignon, le vin rouge, sel, poivre, thym, laurier.
- 2) Mettre le bœuf en morceaux. Laisser mariner au moins 24h.
- 3) Lorsque la viande a mariné, l'égoutter soigneusement.
- 4) Dans une cocotte, faire revenir un oignon et les morceaux de bœuf mais ne pas faire roussir. Ajouter les 6 demi-pieds de porc, la marinade et ajouter l'eau de façon à recouvrir la viande. Laisser cuire 1h.
- 5) Ajouter les pommes de terre et laisser mijoter 2h.

## La truffade

### Ingrédients (6 pers.)

- 1,3 kg de pommes de terre
- 500 g de tome fraîche
- 50 g de beurre
- 1 gousse d'ail
- Sel et poivre.



- 1) Eplucher les pommes de terre, les couper en fines rondelles, les laver, les égoutter et bien les éponger dans un torchon.
- 2) Dans une grande poêle, faire fondre le beurre, verser les pommes de terre puis laisser revenir pendant 15 min. en remuant souvent, mais délicatement.
- 3) Lorsqu'elles sont à peu près dorées, réduire le feu, saler, poivrer largement, couvrir et laisser cuire 30 min. en secouant la poêle de temps en temps pour vérifier que les pommes de terre n'attachent pas.
- 4) Ajouter la tome coupée en lamelles et l'ail, continuer la cuisson à feux doux et sans couvercle en appuyant sur le dessus de la fourchette.
- 5) Maintenir la cuisson 25 à 30 min. En secouant la poêle par moments. Pour servir, renverser la truffade sur un plat et présenter avec une salade à l'ail.



1) Faites tremper le pain dans 30 cl de lait pendant 1h environ. Faire bouillir 50 cl de lait.

2) Mélanger au fouet le sucre, le sucre vanillé et les œufs dans une grande terrine. Verser petit à petit le lait bouillant sur le mélange œufs-sucre tout en continuant à battre.

3) Ajouter le pain et les fruits secs et bien mélanger en écrasant le pain.

4) Disposer dans un plat (en terre ou en verre) lui-même posé sur la lèche-frite avec de l'eau pour faire un bain-marie au four.

5) Faire cuire 30 min à 180°C dans le four. Peut se saupoudrer de sucre, ou s'accompagner de confiture ou fruits des bois frais.

## La coupétade

### Ingrédients (4 pers.)

- 6 tranches de pain rassis
- 80 cl de lait
- 250 g de sucre
- 1 sachet de sucre vanillé
- 6 œufs
- pruneaux, raisins secs, amandes... selon les goûts.



# Zoom sur

## LE GRAVLAX DE TRUITE DE SAINT-FRÉZAL

par le restaurant les 2 Rives



### Ingrédients (6 pers.)

- 2 filets de truite de St-Frézal
- 1 kg de gros sel
- 1 kg de sucre cassonade
- 25 cl de jus d'orange
- 15 cl de soja sajo (salé)
- 1/2 botte de coriandre



- 1) Lever les filets. Retirer la peau et les arêtes des filets.
- 2) Dans un saladier, mélanger le sel, le sucre, le jus d'orange et le soja.
- 3) Hachez grossièrement la coriandre et mélangez. Tamisez le fond d'un plat avec une partie du mélange.
- 4) Déposez les filets de truite dessus et les recouvrir du mélange restant. Laisser reposer au réfrigérateur pendant 6h.
- 5) Sortir les filets du mélange, les rincer puis bien les sécher.
- 6) Couper les filets en bandes ou en cubes, choisir la taille en fonction du dressage souhaité. Accompagner d'un peu de fraicheur... A table, c'est prêt !



BON APPÉTIT !

## LE CROC' LAGUIOLE



par Jeune Montagne

### Préparation (20 min)

1) Préparer la pâte en mélangeant la farine, la levure, les deux œufs, le lait, le sel et le poivre.

2) Préchauffer une poêle à feu moyen avec une goutte d'huile pour qu'elle ne colle pas.

3) Couper les tranches de jambon en quatre et des tranches de Laguiole de la même taille.

4) Une fois la poêle bien chaude, verser une cuillère à soupe de pâte, mettre le jambon, le Laguiole puis une autre cuillère à soupe de pâte.

5) Laisser cuire d'un côté et retourner lorsque la pâte commence à faire des petits trous. Continuer ainsi pour chaque Croc' Laguiole.

6) Les couper en quatre pour avoir des amuse-bouche et servir chaud ou tiède

Conseil : Ajoutez des herbes aromatiques dans la pâte pour varier les goûts..

### Ingrédients (10 croc'Laguiole apéritifs )

- 100g de Laguiole AOP
- 125g de farine
- 2 œufs
- 1 sachet de levure chimique
- 15cl de lait
- Sel, poivre
- 2 tranches de jambon blanc



# Zoom sur



## LES BEIGNETS GLACÉS

par Clémence et Fabien

du Fermier gourmand



- **Ingrédients (8 beignets)**
- Crème glacée vanille du fermier gourmand.
- Chapelure
- 20 cl de lait
- 150 g de farine
- 1 oeuf
- Sucre glace
- Option : noix de coco râpée



### 1) Préparation des boules de glace

Façonner 8 boules de glace et les congeler préalablement.  
Mélanger l'oeuf, la farine et le lait.  
Enrober les boules de glace avec la pâte Les rouler dans une couche de chapelure (et de noix de coco râpée)  
Congeler plusieurs heures.

### 2) Friture

Dans l'huile chauffée à 180°C, tremper les boules de glace pour les dorer quelques secondes.  
Servir aussitôt. Soudouler de sucre glace pour la présentation.  
Vous pouvez varier les saveurs et préparer des beignets surprises en fourrant les beignets avec différents saveurs de crèmes glacées (chocolat, caramel beurre salé, fruits rouges...)

## LES FARÇOUS



par Adou de la boucherie-charcuterie chez Adou



1) Tremper le pain de la veille dans le lait. Hacher les épinards, avec l'oignon, le persil et l'ail. Couper le lard gras salé en petits dés.

2) Faites une farce en mélangeant le pain avec les épinards, l'oignon, le persil et l'ail haché, ainsi que la chair à saucisse et le lard gras détaillé en cubes.

3) Mélanger ensuite les oeufs, la farine et le lait dans lequel le pain a trempé.

4) Mélanger les deux préparations ensemble, rajouter un peu de farine si besoin, pour que l'appareil ait une consistance plutôt épaisse. Salez, poivrez à votre convenance (attention le lard gras salé et la chair à saucisse apportent généralement déjà beaucoup de sel à la préparation).

5) Faire frire dans une poêle bien chaude des petites louches de la préparation en essayant de former de petites Galettes. Cuire environ deux minutes par face

Vous pouvez les manger chaud, froid ou tiède avec une salade par exemple. Vous pouvez également faire cette recette sans chair à saucisse

### Ingrédients

- 250gr de chair à saucisse de votre boucher
- Pain de la veille (ou avant veille)
- 6 oeufs
- 25cl de lait
- 200gr d'épinards ( ou de vert de blette au choix)
- Persil
- 2 cuillères à soupe de farine
- 1 tranche de lard gras salé (1cm environ)
- 1 gousse d'ail
- 1 oignons
- Huile
- Sel et Poivre





# Instants gourmands



© B. Colomb - Lozère Sauvage pour PACT Aubrac

## TOP 10 DES INSTANTS GOURMANDS À VIVRE DE L' AUBRAC AUX GORGES DU TARN

- 1 Déguster des truffes noires** (présentes dans les Gorges du Tarn notamment) et produits dérivés, repas truffés... à la **fête de la truffe**, le premier dimanche de février à la Canourgue.
- 2 Faire le tour des marchés de pays de nos villages aux beaux jours et toute l'année.** (voir détails à la page 36).
- 3 Goûter du pain fabriqué traditionnellement et cuit au four à pain** lors des **fêtes du pain de** notre secteur: au Massegros (3eme week-end de juillet), à Laval du Tarn (1er week-end d'août), à St Saturnin et aux Hermaux (vers le 15 août).
- 4 Tester la fameuse pouteille canourguaise** lors de la **Confrérie de la pouteille et du manouls à la Canourgue** (le 3ème dimanche d'Août).
- 5 Se régaler avec des produits à base de noix** à l'occasion de la **fête de la noix** et de la nature à Chanac (à la mi-octobre).



© B. Colomb - Lozère Sauvage pour PACT Aubrac

- 6** Déguster un bon aligot et/ou une truffade dans un buron sur le plateau de l'Aubrac.
- 7** Pour accompagner l'aligot et la truffade, quoi de mieux que de **déguster de la viande de boeuf de race Aubrac issue d'éleveurs locaux ?**
- 8** **Tester un maximum de fromages locaux** dans les restaurants, sur les marchés et directement chez nos producteurs locaux: fromages de brebis, de vache et chèvre... Les amateurs de fromages auront de quoi se régaler !
- 9** **Participer aux déjeuners aux tripoux/manouls** lors des fêtes de villages de notre destination en période estivale.
- 10** **Déguster une bonne coupétade** en dessert ou une bonne fouace au moment du goûter...



© B. Colomb - Lozère Sauvage pour PACT Aubrac

Plus d'informations sur ces événements par téléphone au 04 66 32 83 67, 04 66 48 88 08, 04 66 48 29 28 ou sur notre site internet [www.aubrac-gorgesdutarn.com](http://www.aubrac-gorgesdutarn.com) (voir flashcode)



## NOS MARCHÉS NOCTURNES GOURMANDS DE L'ÉTÉ

Chaque année l'**Office de Tourisme de l'Aubrac aux Gorges du Tarn** organise deux marchés nocturne gourmands sur le territoire : au **MASSEGROS** (vendredi 1er août) et à **LA CANOURGUE** (jeudi 7 août).

De nombreux exposants sont présents et proposent des **produits locaux, des plats à déguster sur place** (spécialités locales et autres), mais également de l'artisanat.



*Des concerts et animations viennent compléter cette ambiance estivale et festive...*

*Plus d'informations : nous contacter.*





# Marchés

Découvrez et goûtez les produits locaux lors de nos marchés et repartez avec un bout de chez nous!

**NICOLAS CRUZ TRAITEUR**



Traiteur présent tous les mardis sur le marché de la Canourgue. Vente de plats à emporter faits maison, à base de produits de la ferme et produits frais. Possibilité de traiteur à domicile pour vos événements privés. Tél : 07 49 23 19 73

## MARCHÉS NOCTURNES EN SAISON

Mardi **LE LIAUCOUS**

Mercredi **LE ROZIER**

Jeudi soir **ST ENIMIE**



## MARCHÉS HEBDOMADAIRES ET DE PAYS

Mardi matin

**LA CANOURGUE**

Mercredi matin

**MENDE  
SAINT-GENIEZ-D'OLT  
MILLAU**

Jeudi matin

**CHANAC  
SÉVÉRAC-LE-CHÂTEAU**

Vendredi matin

**SAINT-GERMAIN-DU-TEIL  
MILLAU**

Samedi matin

**MARVEJOLS  
MENDE  
SAINT-GENIEZ-D'OLT**

Dimanche matin

**CHANAC**

## MARCHÉS NOCTURNES DE L'ÉTÉ

**LE MASSEGROS : VEN. 01/08**

**LES VIGNES : LUN. 04/08**

**LA CANOURGUE : JEU. 07/08**

**CHANAC : MER. 06/08**

Plus de dates sur notre agenda en ligne !



Plus d'informations sur ces événements sur notre site internet : [www.aubrac-gorgesdutarn.com](http://www.aubrac-gorgesdutarn.com) ou par téléphone au 04 66 32 83 67 - 04 66 48 88 08 - 04 66 48 29 28

# Boutique côté cuisine

Notre sélection d'accessoires et décors

Optez pour l'ARTISANAT LOCAL  
dans votre cuisine !



## Spatule à aligot



**Spatule à aligot en bois du pays.**  
Fabrication artisanale.  
En vente dans nos Maisons de Tourisme et du pays.

PRIX INDICATIF

28€

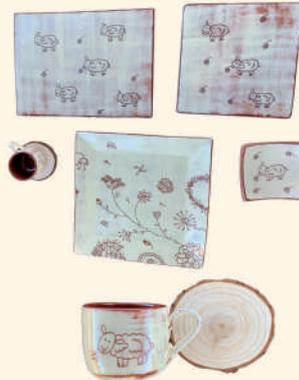
PRIX INDICATIF

40€

**Planche à charcuterie**  
Fabrication artisanale.  
En vente dans nos Maisons de Tourisme et du pays.



## Poteries



PRIX INDICATIF

De 11€  
à 49€

**Céramiques : tasses à café, assiettes, dessous de plat, porte-savon...**  
Fabrication artisanale par Marie-Hélène DULAC.  
En vente dans nos Maisons de Tourisme et du pays.

## Spatule



PRIX INDICATIF

5€

**Spatule en bois**  
Fabrication artisanale.  
En vente dans nos Maisons de Tourisme et du pays.

## Planche à partager



PRIX INDICATIF

25€

**Planche à partager en bois du pays.** Fabrication artisanale.  
En vente dans nos Maisons de Tourisme et du pays.

## Rouleau



PRIX INDICATIF

14€

**Rouleau en bois de buis**  
Fabrication artisanale.  
En vente dans nos Maisons de Tourisme et du pays.

## Pic à truffe et son étui



PRIX INDICATIF

25€ l'étui  
et pic à  
partir de  
25€

**Pic à truffe et son étui**  
Fabrication artisanale.  
En vente dans nos Maisons de Tourisme et du pays et chez GC Maroquinerie  
36 avenue du Lot 48 500 LA CANOURGUE  
06 85 92 33 79.

## Glaçons en granit de l'Aubrac

**Glaçons en granit de l'Aubrac pour spiritueux, vins...**  
En vente dans nos Maisons de Tourisme et du pays.

PRIX INDICATIF

De 9.90€  
à 19.90€



## Laguiole pliant abeille forgée



PRIX INDICATIF  
216.50€

## Couteau de Laguiole en chêne de barrique

Couteau de Laguiole pliant 12 cm, abeille forgée, lame et tire-bouchon, manche en chêne de barrique, finition inox mat. Abeille forgée avec le ressort. Ressort ciselé main. Lame en acier inox 14C28N avec butée (le tranchant ne tape pas au fond du ressort). Manche légèrement galbé pour une meilleure prise en main.

En vente dans nos Maisons de Tourisme et du pays et chez Coutellerie de Laguiole Honoré Durand Espace Les Cayres 12210 Laguiole / 05 65 51 50 14

## Pierre à aiguiser spéciale couteaux



PRIX INDICATIF  
à partir de 4.60€

Pierre à aiguiser naturelle. Pour Laguiole de 12 et 13 cm et taille supérieure. La pierre doit être trempée dans l'eau pendant environ 10 minutes avant chaque utilisation. Dimensions : 14 x 7 x 1,6 cm

En vente dans nos Maisons de Tourisme et du pays et chez Coutellerie de Laguiole Honoré Durand Espace Les Cayres 12210 Laguiole / 05 65 51 50 14

## Le Lozère



PRIX INDICATIF  
85€

## Le Lozère, couteau artisanal

Du bois et des lignes épurées pour représenter l'essentiel des valeurs d'un territoire. Un mécanisme ingénieux pour illustrer pleinement son potentiel d'innovation. Symbole des valeurs de l'essentiel, de la nature et de la terre, il invite au voyage, à l'éveil des sens et à la convivialité.

"Le Lozère, est la Signature d'un territoire d'expérience et d'expérimentation !"

En vente dans nos Maisons de Tourisme et du pays et sur [www.lelozere.fr](http://www.lelozere.fr) - 06 72 29 06 41 SAS NM Couteau, Lieu dit L'Hermet 48170 Saint-Jean-la-Fouillouse



PRIX INDICATIF  
à partir de 6€



## Savons artisanaux

## Savons Apimousse et Nerium Natura

Des savons fabriqués en Lozère, de manière traditionnelle avec des ingrédients d'origine naturelle. Vous pouvez vous en servir en cuisine comme dans votre salle de bain !

En vente dans nos Maisons de Tourisme et du pays et en direct chez nos artisans : Nerium Natura, Soulages 48500 Massegros Causses Gorges et Le Mas d'Ardenne Chauvets 48000 Servières.

## Tabliers Tuffery



PRIX INDICATIF  
119€  
(-15% pour les pro)



PRIX INDICATIF  
119€  
(-15% pour les pro)



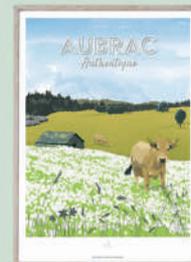
PRIX INDICATIF  
149€  
(-15% pour les pro)

## Des tabliers made in Lozère

Le tablier de la maison Tuffery, version courte ou longue est un grand classique. Porté par l'ensemble de notre équipe c'est la tenue de travail historique des artisans de la maison convenant aux particuliers comme aux professionnels. Très opérationnels et élégants, ils sont parfaits pour vous accompagner dans des salons, représentations ou même tout simplement dans vos ateliers et espaces de travail. Ils sont personnalisables avec une broderie (logo, initiales...).

En vente chez Atelier Tuffery Z.A. de Saint-Julien du Gourg, 48400 Florac-Trois-Rivières et sur [www.ateliertuffery.com](http://www.ateliertuffery.com) 04 66 45 00 94

## Affiches photos et illustrations de Lozère Lozère sauvage et Le carnet de Lydie



PRIX INDICATIF  
à partir de 14.90€

## Des affiches design pour la déco de votre cuisine

Les lozériens ont du talent ! Difficile d'en douter lorsqu'on voit ses affiches photos et illustrations réalisées par Lozère Sauvage (Benoît Colomb, photographe) et Le Carnet de Lydie (Lydie Julienne, graphiste). Faune, paysages, régions naturelles, villages incontournables... décidez votre cuisine et votre maison avec une touche de design made in Lozère ! En vente dans nos Maisons de Tourisme et du pays et sur : [www.lozere-sauvage.com](http://www.lozere-sauvage.com) et [www.lecarnetvoyagedelydie.fr](http://www.lecarnetvoyagedelydie.fr)



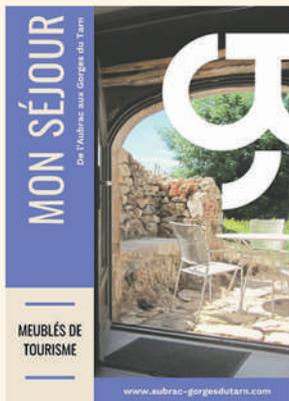
Retrouvez nos produits made in Aubrac Gorges du Tarn, nos produits dérivés, cartes et topos sur notre BOUTIQUE EN LIGNE !

ICI

# Nos brochures



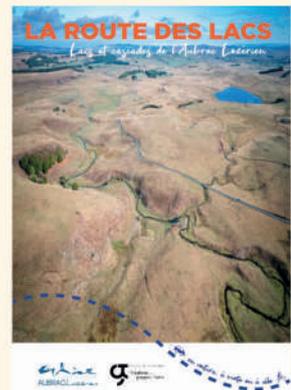
CARTE TOURISTIQUE 2025



E-BROCHURES À LA DEMANDE



CARNET DE VOYAGE



LA ROUTE DES LACS

EXPLOREZ NOS VILLAGES AUTREMENT

AVEC LES PLANS DE VILLAGES

Chanac  
La Canourgue-Banassac  
Le Massegros- les Vignes  
St Germain du Teil  
Des visites guidées sont organisées l'été.



OU VIA L'APPLI BALUDI*K*

BALUDI*K* Chanac La Canourgue



FICHES VTT



FICHES RANDO EN VENTE

Nos brochures sont disponibles dans nos bureaux ou en libre téléchargement sur notre **site internet**



# Nos réseaux sociaux et notre site web

SUIVEZ-NOUS !



@aubracgorgesdutarn



www.aubrac-gorgesdutarn.com



@aubracgorgesdutarn



Partagez vos plus beaux moments sur l'Aubrac, les Causses, dans les Gorges du Tarn ou la Vallée du Lot sur **INSTAGRAM** avec

**#AUBRACGORGESDUTARN**

Nous repostons les plus belles photos en **POST** ou **STORY** !

NOUVEAU



@gorgesdutarn



ET DÉPOSEZ VOTRE AVIS

GoogleMyBusiness - Tripadvisor  
Office de Tourisme de l'Aubrac aux Gorges du Tarn



# Infos pratiques



## EN VOITURE

- Le principal axe autoroutier nord-sud est l'A75  
Gratuite entre Clermont-Ferrand et Montpellier,  
Sauf péage Viaduc de Millau
- La N88 est l'axe est-ouest entre Lyon et Toulouse
- La N106 est l'axe sud-est nord-ouest entre Nîmes et Mende



## EN TRAIN

- Gares les plus proches  
Banassac – La Canourgue / Chanac / Mende /  
Marvejols / Séverac-le-Château / Millau / Rodez  
09 70 60 99 60  
[www.oui.sncf](http://www.oui.sncf)



## EN AVION

- Clermont-Ferrand 04 73 62 71 00  
[www.clermont-aeroport.com](http://www.clermont-aeroport.com)
- Montpellier 04 67 20 85 00  
[www.montpellier.aeroport.fr](http://www.montpellier.aeroport.fr)
- Rodez 05 65 42 20 30  
[www.aeroport-rodez.fr](http://www.aeroport-rodez.fr)



## EN BUS

- Liaison Clermont-Ferrand > Mende
- Liaison Mende > Millau
- Liaison Millau > Séverac > Rodez
- Liaison Millau > Meyrueis  
05 65 59 89 33  
[www.lio.laregion.fr](http://www.lio.laregion.fr) / [www.garerroutieremillau.com](http://www.garerroutieremillau.com)



## NAVETTES TOURISTIQUES (juillet/août)

- Florac > Le Rozier
- Millau > Le Rozier > Meyrueis
- Mende > Sainte-Enimie > Meyrueis

Transport de VTT sur réservation  
04 66 49 03 81



## OUVERT À L'ANNÉE

**Le Massegros**  
30 Place de la Mairie  
48500 Massegros Causses Gorges  
04 66 48 88 08

**La Canourgue**  
18 Rue de la Ville  
48500 La Canourgue  
04 66 32 83 67

**Chanac**  
Place de la Fontaine du Curé  
48230 Chanac  
04 66 48 29 28

**Saint-Germain-du-Teil**  
Rue du gendarme Merle  
48340 Saint-Germain-Du-Teil  
04 66 65 08 82

## JUILLET - AOÛT

**Les Vignes**  
04 66 48 80 90

## MI-JUIN - MI-SEPTEMBRE

**Le Point Sublime**  
04 66 48 88 08

## MI-JUILLET - MI-AOÛT

**Col de Boncombe**  
04 66 32 83 67

Siège social : Office de Tourisme de l'Aubrac aux Gorges du Tarn – Place de la Mairie – 48500 MASSEGROS CAUSSES GORGES



La Lozère,  
naturellement!



[contact@aubrac-gorgesdutarn.com](mailto:contact@aubrac-gorgesdutarn.com)

[www.aubrac-gorgesdutarn.com](http://www.aubrac-gorgesdutarn.com)

