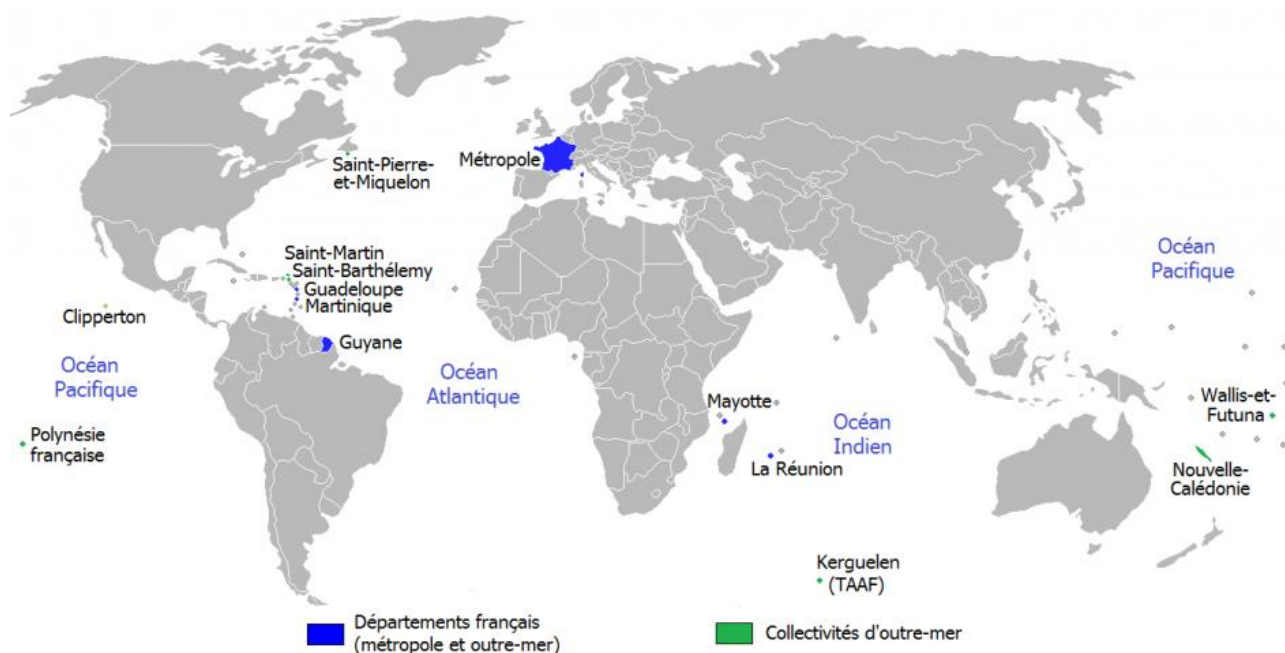


## DROM et les CROM

Les outre-mer ce sont **12 territoires** : la Guadeloupe, la Guyane, la Martinique, La Réunion, Mayotte, La Nouvelle-Calédonie, La Polynésie française, Saint-Barthélemy, Saint-Martin, Saint-Pierre-et-Miquelon, les Terres Australes et Antarctiques Françaises et les îles de Wallis-et-Futuna

Les départements d'outre-mer (Dom) sont des collectivités territoriales intégrées à la République française au même titre que les départements ou régions de la France métropolitaine. Chacun de ces départements constitue une région mono-départementale, dite « région d'outre-mer » depuis la révision constitutionnelle de 2003. Les cinq Dom sont : la Guadeloupe, la Martinique, la Guyane, La Réunion et Mayotte (depuis avril 2011).





Terres de détente, de découvertes et d'évasion, les départements d'Outre-Mer sont des destinations de prédilection pour les amoureux de la nature, les amateurs de farniente et les férus de loisirs sportifs. Les traditions ancestrales, les plages idylliques aux eaux cristallines, les forêts luxuriantes riches en sentiers pédestres, la beauté et la richesse des fonds marins, la faune et la flore tropicales, ou encore les spécialités culinaires, fruits exotiques et autres épices, ont vraiment de quoi émerveiller les vacanciers en quête de dépaysement ! Comment résister aux longues étendues de sable fin de la Martinique et de la Guadeloupe, aux impressionnants cirques verdoyants de la Réunion, à la splendide barrière de corail de Mayotte ou encore aux magnifiques réserves naturelles de la Guyane ? Traditions et histoire ne sont pas en reste en Outre-Mer, avec un métissage culturel important et des sites de mémoire comme le monument de la flamme éternelle à l'esclave inconnu à Petit-Canal, en Guadeloupe, et le mémorial Cap 110 au Diamant, en Martinique.

## Les Antilles : Guadeloupe et Martinique

Boissons locales :	Produits bruts régionaux	Spécialités Régionales :
 <p>Rhum, T Punch (citron rhum sucre)            Jus de fruits            Punchs aux fruits            Mabi (boisson gazeuse composée de liane, gingembre, muscade et anis, mélangée à des fruits et du sucre de canne)            Rhum agricole de la Martinique (AOP)            Rhum de la Baie du Galion (IGP); Rhum des Antilles Françaises (IGP) et Rhum des Départements français d’Outre-mer (IGP)</p>	<p><b>Fruits :</b>            Maracuja, Goyave, Mangue, Carambole , le Chadeck (gros pamplemousse), citron pays, fruit de l'arbre à pain, l'ananas, la banane Melon de Guadeloupe (IGP)</p> <p><b>Légumes :</b>            Chouchou (christophine), Bélangère (Aubergine Blanche et Rouge), Malanga, Oignons, haricots rouges, manioc, banane plantain, potiron, riz, tomate</p> <p><b>Produits de la mer :</b>            Oursins, morue, lambi (gros coquillage), crabes de terre, les ouassous (grosses crevettes), chatrou (petite pieuvre), vivaneau</p>	<p><b>Entrées :</b>            Accras, boudin créole, crabes farcis, le féroce (purée d'avocats à la morue hachée, farine de manioc le tout très pimenté)</p> <p><b>Plats :</b>            Le blaff (court bouillon épicé utilisé pour la cuisson des poissons et des crustacés), colombo de poulet, le bébélé (sorte de soupe épaisse), le matété (sorte de paella), le cabri en ragout en fricassé ou en colombo, le bokit (sandwich frit)</p> <p><b>Desserts :</b>            Doucelette            Tamarin glacé, Pain doux            Sorbets coco,</p>

## La Guyane

Boissons locales :	Produits bruts régionaux	Spécialités Régionales :
<p>Cachiri : Bière traditionnelle fabriquée à partir de manioc            Bière d’Ananas            Rhum de Guyane (IGP) et Rhum des départements d’outre-mer (IGP)</p> 	<p><b>Produits de la mer :</b>            Atipa, mérou, coumarou, vivaneau, requin, acoupa</p> <p>Piment de Cayenne (rouge, petit et très fort.</p> 	<p><b>Entrées :</b>            Accras ou marinades de morues ou de crevettes            Boudin guyanais</p> <p><b>Plats :</b>            Colombo accompagné de sauce au carry et de légumes, servi avec du riz et du couac</p> <p><b>Desserts :</b>            Gâteau de fruit à pain            Blanc manger            Dizé-milé</p>

## La Réunion

Boissons locales :	Produits bruts régionaux	Spécialités Régionales :
<p>Rhum, T Punch (citron rhum sucre), Rhum de la Réunion (IGP) et Rhum des Départements français d’Outre-mer (IGP). Vin de pays de Cilaos (Blanc, Rosé et Rouge) Eaux minérales : Cilaos (Gazeuse) et Edena (plate), Liqueur de Goyavier Liqueur de Pamplemousse Peï Bière Bourbon</p>  	<p><b>Fruits :</b> Ananas Victoria (label rouge), noix de coco, goyave, fruit de la passion Litchi (Label rouge)</p> <p><b>Légumes :</b> Tomate, mangue verte, chayottes Produits de la mer : Langoustes, thon, bichiques, crevettes</p> <p><b>Fromages :</b> Fromage des Plaines Fromage la Fournaise Fromage Piton Maïdo</p> <p><b>Autres :</b> <i>Vanille de Bourbon,</i> Café Épices : massalé, cari et rougail</p> 	<p><b>Entrées :</b> Achards (mélange de fruits et de légumes marinés)</p> <p><b>Plats :</b> Le cari poulet, poisson ou cari cabri accommodé avec un rougail et du riz blanc.</p> <p><b>Garnitures :</b> Gros piments farcis, cari de lentilles, haricots rouges, manioc frit, gratin de chayottes (Christophines) Zambrocal (préparation de riz en l'accompagnant de curcuma et de grains)</p> <p><b>Desserts :</b> Ananas flambé Beignet d'ananas, Sorbet à la banane, au fruit de la passion, noix de coco, Mousse au lait de coco, Soufflé au rhum arrangé et glace à la vanille bourbon, <i>Gâteau de patates douces</i></p>

## La Polynésie française :

Boissons locales :	Produits bruts régionaux	Spécialités Régionales :
<p>Kava Eau Minérale Royale Vin d’ananas de Moréa Jus de fruits de Moréa</p>	<p><b>Fruits :</b> Papaye, mangue, goyave, noix de coco, lychee, pastèque, orange, melon, pamplemousse vert, ananas, vanille, banane</p> <p><b>Légumes :</b></p>	<p><b>Plats :</b> Repas traditionnel cuit à l’étouffée avec des feuilles de bananier enfouies sous des braises dans le sable, <i>poisson cru ou à la tahitienne</i> mariné au citron vert et cuit dans le lait de coco</p>

Bière Hinano



Taro, patate douce, igname, potiron, fei (banane)

**Produits de la mer :**

Perche, daurade coryphène, poisson perroquet, mai-maï, espadon, thon

**Desserts :**

Le pain coco (faraoa coco) est un gâteau savoureux, parfumé au coco.

Les firi firi, beignets sucrés, Les pai sont des chaussons fourrés au coco ou à la banane.

*Le Po'e banane* à base de bananes, de farine de manioc (tapioca), de vanille et de lait de coco.



