

Cet été, le **tourisme ne se résume pas à un simple changement de décor** : il s'agit aussi de **vivre des expériences authentiques**, ancrées dans les territoires. Et en France, la gastronomie reste l'un des principaux moteurs de l'attrait touristique.

Pour savoir où cette **richesse culinaire est la plus accessible**, [Aladinia](#) a analysé l'ensemble **des départements français**, en tenant compte des restaurants étoilés Michelin, des établissements Bib Gourmand, des dégustations de vins et des cours de cuisine. Voici les régions à privilégier **pour un séjour gastronomique** cet été.

Les départements les plus gourmets de France :

Classe - ment	Département	Nombre d'habitants	Nombre de restaurants avec 1 à 3 étoiles Michelin par 10,000 habitants	Bib Gourmand par 10,000 habitants	Visites et dégustations de vins par 10,000 habitants	Cours de cuisine par 10,000 habitants	Score gourmet /10
1	Paris	2 048 472	0,66	0,22	1,69	0,61	9,83
2	Vaucluse	573 683	0,19	0,10	1,36	0,21	9,07
3	Côte-d'Or	538 799	0,15	0,09	1,78	0,33	8,96
4	Drôme	524 409	0,13	0,10	0,17	0,10	8,08
5	Rhône	1 932 598	0,09	0,10	0,51	0,07	7,98
6	Alpes-Maritimes	1 129 950	0,27	0,10	0,04	0,04	7,66
7	Loir-et-Cher	327 451	0,18	0,18	1,56	0,00	7,63
8	Gironde	1 718 654	0,08	0,04	1,59	0,27	7,53
9	Haut-Rhin	765 827	0,17	0,16	0,85	0,00	7,39
10	Alpes-de-Haute-Provence	169 806	0,06	0,06	0,59	0,24	7,37

1 - Paris (Île-de-France)

Avec un **score exceptionnel de 9,83/10**, Paris confirme sa place de référence incontestée de la gastronomie française.

La capitale concentre à elle seule **135 restaurants étoilés Michelin**, soit **0,66 établissement pour 10 000 habitants**, 17 de plus que l'an dernier! À cela s'ajoutent **46 restaurants Bib Gourmand**, en hausse de 13 par rapport à 2025, preuve des efforts de Paris pour rendre son offre gastronomique plus accessible et plus diversifiée, sans jamais transiger sur la qualité.

Paris se distingue également par la richesse de ses **expériences culinaires accessibles**, avec **346 visites et dégustations de vins** (1,69 pour 10 000 habitants) et **124 cours de cuisine** (0,61 pour 10 000 habitants), faisant de la capitale un terrain de jeu privilégié pour les amateurs de gastronomie, qu'ils soient novices ou fins connaisseurs.

Ce cumul d'excellence, de diversité et d'accessibilité permet à Paris de décrocher la première place du classement, affirmant son statut de **capitale gastronomique incontestée**.

2 - Vaucluse (Provence-Alpes-Côte d'Azur)

Avec **un note de 9,07/10**, le Vaucluse gagne deux places dans le classement de cette année et se hisse à la **deuxième position**, porté par le dynamisme de son offre gastronomique.

Le département ne compte que **11 restaurants étoilés Michelin (0,19 pour 10 000 habitants)** et **6 restaurants Bib Gourmand**, en léger recul par rapport aux 8 de l'année précédente. Il a en revanche fait un bond remarquable en ses **dégustations de vin**, avec **78 proposés** contre 62 de l'an passé.

Fort d'une riche tradition culinaire, de produits du terroir de qualité et de vins reconnus dans le monde entier, le Vaucluse poursuit sa belle **progression gastronomique**.

3 - Côte-d'Or (Bourgogne-Franche-Comté)

Troisième de ce nouveau classement avec **une note de 8,96/10**, la Côte-d'Or cède malheureusement sa deuxième place.

Si le nombre de **restaurants étoilés Michelin** est passé de 15 à **8** cet année (**0,15 pour 10 000**), l'excellence culinaire du département reste portée par ses **visites et dégustations de vin**, avec **96 expériences** recensées et soit un ratio du **1,78 pour 10 000 habitants** - l'un des meilleurs scores du classement.

La Côte-d'Or conjugue ainsi haute cuisine, savoir-faire viticole et **expériences immersives**, offrant un équilibre rare entre **tradition gastronomique et tourisme expérientiel**, ce qui en fait une destination incontournable pour tous les gourmets.

Les départements les moins gourmets de France

Classe- ment	Département	Nombre d'habitants	Nombre de restaurant s avec 1 à 3 étoiles Michelin par 10,000 habitants	Bib Gourmand par 10,000 habitants	Visites et dégustations de vins par 10,000 habitants	Cours de cuisine par 10,000 habitants	Score gourme t/10
1	Meuse	177 024	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10
2	Loiret	691 006	0,01	0,00	0,00	0,00	0,82
3	Somme	559 722	0,00	0,00	0,00	0,04	1,00
4	Haute- Vienne	371 297	0,03	0,00	0,00	0,00	1,10
5	Deux-Sèvres	374 315	0,00	0,00	0,00	0,05	1,18
6	Allier	332 599	0,03	0,00	0,00	0,00	1,32
7	Essonne	1 343 527	0,00	0,01	0,00	0,01	1,46
8	Orne	271 896	0,04	0,00	0,00	0,00	1,48
9	Seine-Saint- Denis	1 711 876	0,01	0,00	0,00	0,03	1,53
10	Creuse	114 103	0,00	0,00	0,00	0,09	1,54

1 - Meuse (Grand Est)

À l'autre extrémité du classement, la Meuse ferme la marche avec un **score de seulement 0,10/10**.

Le département ne compte **aucun restaurant étoilé Michelin, aucun Bib Gourmand, ni aucune dégustation de vins ou cours de cuisine recensée**.