

In estate molti cibi si mangiano nei vari [Bagnet](#) , tipici di questa regione. I cuochi piemontesi sono abilissimi nel farne una gran quantità dando prova di fantasia anche per la ricchezza di componenti.

In estate, gli orti producono infinite qualità di ortaggi, base di preparazioni come la [Giardiniera](#) ,
la [Peperonata](#)
, i [Peperoni alla Monferrina](#)
, la [Terrina monferrina di uova e pomodoro alle erbe fini](#)
, il [Minestrone del Basso Monferrato](#).

Prelibati sono anche i [Fiori di zucca ripieni](#) . Altro piatto estivo, le cipolle ripiene...

nascono per tradizione nella zona prossima a Torino, in particolare Settimo Torinese, dove per anni hanno rappresentato il piatto tipico dell'ultima domenica di agosto.

Per chi ama la carne, molti ristoranti di montagna cominciano ad inserire nel loro menù il Camoscio. Pregiatissima e rara, la carne di camoscio è alla base di un piatto tipico valdostano e piemontese: il camoscio stufato.

In questa stagione, quasi tutti i ristoranti della pianura vercellese e novarese, offrono in menù un piatto di rane. Cibo, fino a ieri, quasi a portata di mano nelle risaie, oggi le rane vengono spesso da colture o addirittura dall'estero. E se una volta erano cibo "povero", oggi sono invece molto care.

Fra i piatti estivi "perduti" della cucina regionale c'è la "Meserà": caratteristico del novarese (zona di Ghemme) a base di cipolle, zucchini e patate, che fanno da base a rimanenza di carni cotte e salumi. Era considerato un secondo completo nelle nostre campagne. Tra i dessert, quello tipico per l'estate è un bel piatto di pesche ripiene.