

LE CATALOGUE DES PRODUITS



**Vers un réseau
d'achat en commun**

**Des produits de qualité à prix
accessible !**

Voici le catalogue des produits proposés par VRAC Paris et disponibles sur la plateforme de prise de commande en ligne "L'épicerie VRAC".

Chaque mois, nous proposons à nos adhérents de commander ensemble des produits issus de l'agriculture biologique et/ou du commerce équitable. Nous favorisons les circuits courts, avec au plus un intermédiaire entre le producteur et l'adhérent.e ! Nous nous efforçons aussi, dans la mesure du possible, de nous approvisionner auprès de producteurs locaux et de favoriser les démarches durables tant sur le plan environnemental que social.

Veuillez noter que selon la saison, l'état de la production de nos agriculteurs partenaires liée aux conditions climatiques, les contraintes logistiques ou encore les promotions notamment pour les produits d'hygiène et ménagers, certains produits peuvent ne pas être disponibles lors de la prise de commande en ligne.

La majorité de nos produits sont proposés en vrac pour limiter le suremballage et limiter les coûts. Nous les recevons en grands conditionnements et le passage du vrac au détail se fait avec vous et vos contenants lors de l'épicerie éphémère !

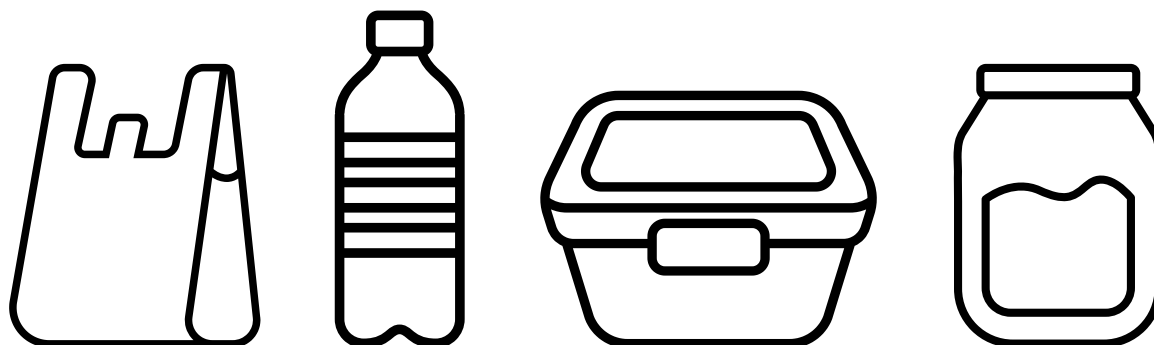


**Vous avez des idées de produits ?
Vous connaissez des producteurs
régionaux ?
Faites-nous en part!**



Nous essayons de tenir compte de vos remarques et suggestions pour faire évoluer avec vous ce catalogue et nous doter de nouvelles références !

N'OUBLIEZ PAS VOS CONTENANTS!



**Bocaux, boîtes en plastiques, sachets réutilisables,
bouteilles pour les liquides sont indispensables
pour venir récupérer vos produits lors des épiceries éphémères !**



LES FRUITS SECS





AMANDES

Natures et Grillées

EN VRAC

Natures : 14€/kg

Grillées : 16,50€/kg

CARTE D'IDENTITE

Origine : Espagne (Extremadura)

Producteur : Coopérative Bioterra
(Cortes de Peleas, Espagne)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

[Eticmiam](#) sélectionne et importe des produits complémentaires de l'offre locale française peu ou pas cultivés en France, de qualité et tracés, en provenance directe de petits producteurs pratiquant une agriculture responsable et familiale.

Dans une vision éthique et équitable, ils s'engagent dans la durée avec leurs producteurs. Ce sont eux qui fixent librement leurs tarifs à l'année. Ils les accompagnent également dans leur développement (logistique, etc.). Ils travaillent avec Bioterra.

[Bioterra](#) est une coopérative pionnière. En 1990, à Corte de Peleas, dans la région d'Estremadure, un groupe d'agriculteurs cultivant des amandes a décidé de les transformer sur place afin de garder la valeur ajoutée sur leur territoire.

Même si la coopérative s'est dotée au fil des ans d'équipements pour la transformation, le conditionnement et le stockage, **beaucoup d'étapes restent manuelles**. Bioterra se développe en conjuguant la typicité de son terroir et l'expérimentation permanente, afin de rémunérer toujours mieux ses producteurs.



ABRICOTS

Variété Malatya

EN VRAC

12€/kg

CARTE D'IDENTITE

Origine : Turquie

Producteur : AgroSourcing
(Meyreuil, France)

Caractéristique : bruns, moelleux

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

AgroSourcing est une société familiale fondée en 2004, spécialisée dans l'importation de fruits secs biologiques et équitables. Elle établit des filières courtes, en lien direct avec les producteurs qu'elle accompagne sur le long terme au niveau technique et financier.

Une fois les partenaires producteurs sélectionnés, Agrosourcing a pour ambition d'améliorer la qualité des produits et des conditions de vie des agriculteurs en suivant les principes du Commerce Equitable pour la totalité de ses filières.

Qu'est ce que le label Bio Partenaire ?

C'est un label associatif créé depuis 2002, appliqué autant aux filières nord-sud que nord-nord, pour promouvoir le commerce équitable local français. Il est basé sur le respect du référentiel d'Ecocert et fait l'objet d'un contrôle annuel par cet organisme indépendant. Ce label garantit une agriculture 100% biologique et équitable, afin de respecter l'environnement et les hommes tout au long de la filière, de la production à la vente. Il atteste donc d'un engagement concret des entreprises envers les producteurs. Les entreprises membres de l'association BioPartenaire participent activement à la préservation du tissu économique rural et des écosystèmes.



FIGUES

Variété Calabacita

EN VRAC

7€/kg

CARTE D'IDENTITE

Origine : Espagne (Extremadura)

Producteur : Coopérative Bioterra
(Cortes de Peleas, Espagne)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

[Eticmiam](#) sélectionne et importe des produits complémentaires de l'offre locale française peu ou pas cultivés en France, de qualité et tracés, en provenance directe de petits producteurs pratiquant une agriculture responsable et familiale.

Dans une vision éthique et équitable, ils s'engagent dans la durée avec leurs producteurs. Ce sont eux qui fixent librement leurs tarifs à l'année. Ils les accompagnent également dans leur développement (logistique, etc.). Ils travaillent avec Bioterra.

[Bioterra](#) est une coopérative pionnière. En 1990, à Corte de Peleas, dans la région d'Estremadure, un groupe d'agriculteurs cultivant des amandes a décidé de les transformer sur place afin de garder la valeur ajoutée sur leur territoire.

Même si la coopérative s'est dotée au fil des ans d'équipements pour la transformation, le conditionnement et le stockage, beaucoup d'étapes restent manuelles. Bioterra se développe en conjuguant la typicité de son terroir et l'expérimentation permanente, afin de rémunérer toujours mieux ses producteurs.



FIGUES PLATES

Variété Lerida

EN VRAC

10,60€/kg

CARTE D'IDENTITE

Origine : Turquie

Producteur : AgroSourcing
(Meyreuil, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

AgroSourcing est une société familiale fondée en 2004, spécialisée dans l'importation de fruits secs biologiques et équitables. Elle établit des filières courtes, en lien direct avec les producteurs qu'elle accompagne sur le long terme au niveau technique et financier.

Une fois les partenaires producteurs sélectionnés, Agrosourcing a pour ambition d'améliorer la qualité des produits et des conditions de vie des agriculteurs en suivant les principes du Commerce Equitable pour la totalité de ses filières.

Qu'est ce que le label Bio Partenaire ?

C'est un label associatif créé depuis 2002, appliqué autant aux filières nord-sud que nord-nord, pour promouvoir le commerce équitable local français. Il est basé sur le respect du référentiel d'Ecocert et fait l'objet d'un contrôle annuel par cet organisme indépendant. Ce label garantit une agriculture 100% biologique et équitable, afin de respecter l'environnement et les hommes tout au long de la filière, de la production à la vente. Il atteste donc d'un engagement concret des entreprises envers les producteurs. Les entreprises membres de l'association BioPartenaire participent activement à la préservation du tissu économique rural et des écosystèmes.



DATTES

Variété Déklet Nour

EN VRAC

5,30€/kg

CARTE D'IDENTITE

Origine : Tunisie

Producteur : AgroSourcing
(Meyreuil, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

AgroSourcing est une société familiale fondée en 2004, spécialisée dans l'importation de fruits secs biologiques et équitables. Elle établit des filières courtes, en lien direct avec les producteurs qu'elle accompagne sur le long terme au niveau technique et financier.

Une fois les partenaires producteurs sélectionnés, Agrosourcing a pour ambition d'améliorer la qualité des produits et des conditions de vie des agriculteurs en suivant les principes du Commerce Equitable pour la totalité de ses filières.

Qu'est ce que le label Bio Partenaire ?

C'est un label associatif créé depuis 2002, appliqué autant aux filières nord-sud que nord-nord, pour promouvoir le commerce équitable local français. Il est basé sur le respect du référentiel d'Ecocert et fait l'objet d'un contrôle annuel par cet organisme indépendant. Ce label garantit une agriculture 100% biologique et équitable, afin de respecter l'environnement et les hommes tout au long de la filière, de la production à la vente. Il atteste donc d'un engagement concret des entreprises envers les producteurs. Les entreprises membres de l'association BioPartenaire participent activement à la préservation du tissu économique rural et des écosystèmes.



RAISINS SECS

EN VRAC

4,50€/kg

CARTE D'IDENTITE

Origine : Turquie

Producteur : AgroSourcing
(Meyreuil, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

AgroSourcing est une société familiale fondée en 2004, spécialisée dans l'importation de fruits secs biologiques et équitables. Elle établit des filières courtes, en lien direct avec les producteurs qu'elle accompagne sur le long terme au niveau technique et financier.

Une fois les partenaires producteurs sélectionnés, Agrosourcing a pour ambition d'améliorer la qualité des produits et des conditions de vie des agriculteurs en suivant les principes du Commerce Equitable pour la totalité de ses filières...

Le saviez vous ?

La modification des couleurs du raisin a lieu pendant le séchage. Ces raisins bruns sont séchés au soleil. Les raisins secs sont concentrés en oligoéléments tels que le calcium, le fer (en remède contre l'anémie), le magnésium (utile contre le stress et l'anxiété) ou encore le potassium (contre l'hypertension). Ils sont également une excellente source de vitamines et de fibres qui facilitent la digestion. Profitez aussi de leur apport énergétique en mangeant une poignée de raisins avant de faire du sport et pour faciliter la récupération.



PRUNEAUX D'AGEN

EN VRAC

9€/kg

CARTE D'IDENTITE

Origine : Lot-et-Garonne, France

Producteur : Pépites, via
AgroSourcing
(Meyreuil, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Les traditionnels pruneaux d'Agen, fruits séchés du prunier d'Ente, avec noyaux!

D'une saveur intense exceptionnelle, ils sont le résultat d'une recette jalousement gardée secrète !

A noter : contrairement à la pratique standard, ces pruneaux sont réhydratés avec juste la quantité d'eau nécessaire : ni plus, ni moins. Grâce à ce système breveté, les arômes des pruneaux sont préservés, car non dilués dans l'eau.

Conseils d'utilisation

Les pruneaux sont un incontournable aux multiples usages à toujours avoir dans sa cuisine. Ils peuvent être dégustés nature pour une pause ressourçante ou pour lutter contre la paresse intestinale. Ils peuvent également être incorporés dans les desserts (le fameux far breton !) ou dans des plats salés (tajines, rôti de porc...).

A conserver au frigo après ouverture. Bien refermer le sachet après usage.

LES PRODUITS D'EPICERIE





FARINE BIO T65 et T150

EN VRAC

1,30€/kg

CARTE D'IDENTITE

Origine : Ile-de-France, France

Producteur : Les Moulins de
Versailles (Versailles, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Les Moulins de Versailles est l'une des dernières industries artisanales toujours en fonctionnement au cœur de Versailles.

Dès 1905, des moulins à vapeur ont été construits par la famille Chaudé, puis ont été transformés en moulins électriques.

La méthode de fabrication de la farine allie savoir-faire traditionnel et modernité. Elle s'appuie sur le fonctionnement de machines historiques qui ont plus de 100 ans et des machines modernes hautement technologiques.

La dimension artisanale et la proximité avec le client sont donc au cœur de l'éthique de l'entreprise. Les blés utilisés proviennent d'un rayon inférieur à 100 km autour du Moulin et la farine est produite à Versailles même.

Cette farine est obtenue à partir de blés français et est utilisée par les boulangers professionnels pour la réalisation du pain courant (par exemple les baguettes à la mie blanche). Elle est excellente pour les crêpes, gaufres, pâtisseries, gâteaux, pâtes à tarte, pizzas, brioches, pain et baguettes de tradition... La farine est une poudre issue du broyage de céréales, entres autres le blé. La transformation de la céréale en farine s'appelle la meunerie, excercé par un meunier dans un moulin. Dans le cas du blé, c'est l'amande, au cœur du grain, qui est moulue pour obtenir la farine blanche.



FARINE DE SARRASIN

EN VRAC

2,85€/kg

CARTE D'IDENTITE

Origine : Charente, France

Producteur : GIE Les Fermes de Chassagne

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Les producteurs de la Ferme de Chassagne sont de coopération économique : un Groupement d'Intérêt Economique (GIE). Cela leur permet de valoriser collectivement leurs productions dans une démarche de qualité et de proximité et de gérer eux-mêmes la vente de leurs produits. Tous leurs produits sont certifiés Bio. Ils alternent les cultures de céréales avec celles de légumineuses, qui participent à la biodiversité. Elles sont pour la plupart cultivées "en sec", ce qui permet de faire des économies d'eau.

Le GIE Les Fermes de Chassagne est donc créé avec l'objectif de garantir un prix rémunérateur aux producteurs mais aussi un prix équitable aux consommateurs.

CARTE D'IDENTITE

Le sarrasin est aussi appelé " blé noir " dans certaines régions. Il ne s'agit pourtant pas du tout d'une Graminée ! Il fait partie d'une autre famille de plantes, les Polygonacées, où l'on trouve aussi la rhubarbe et l'oseille... Il s'adapte très bien sur des terrains pauvres.

Une céréale très complète : Le sarrasin est supérieur aux autres céréales sur le plan nutritionnel. Il a en outre l'avantage de ne pas contenir de gluten (facteur d'allergie chez certaines personnes). Il est de plus très riche en magnésium!



PATES

Penne et Fusili

EN VRAC

1,90€/kg

CARTE D'IDENTITE

Origine : Pouilles, Italie

Producteur : Granoro, via
Alterbio

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Les valeurs fondamentales qui guident l'activité de Granoro depuis 1967 sont: passion, tradition, savoir-faire et innovation au service de produits de qualité. La fabrique est située à Corato dans les Pouilles (province de Bari), région méridionale de l'Italie connue depuis l'époque romaine pour être la zone de production du meilleur blé dur en Italie, mais est aussi un territoire possédant une très ancienne tradition de production de pâtes alimentaires à base de blé dur. Granoro produit des pâtes de qualité car il sélectionne les meilleures matières premières et utilise dans son procédé de fabrication des semoules de blé dur biologiques de grande qualité qu'elle va chercher dans les moulins.

Alterbio est un distributeur de produits bio et participe à la construction des filières bio depuis 1984. "Nous croyons profondément en une bio sociale qui respecte la terre." Jean-Pierre MATHALY, Gérant Fondateur d'Alterbio

Conseil de cuisine

La cuisson à l'italienne al dente est optimale pour préserver les qualités nutritionnelles des pâtes. Si elles sont trop cuites, les sucres complexes seront digérés plus vite : la faim reviendra alors plus rapidement.

Temps de cuisson: 10 minutes.



RIZ LONG BLANC BIO

EN VRAC
3,20€/KG

CARTE D'IDENTITE

Origine : Camargue, France

Producteur : Société DURU
(Lastrene, Gironde)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

La société DURU est fondée à la fin des années 40 et basée à Latresne (33). C'est une société spécialisée dans le conditionnement et le négoce de légumes secs, graines et céréales ainsi que dans la fabrication de manière traditionnelle et sous certification bio de plusieurs variétés de légumes. La société DURU garantit une sélection de produits des meilleures origines et de qualités supérieures en gamme conventionnelle et Biologique. L'objectif est de mettre en œuvre une politique d'amélioration permanente de la qualité, orientée résolument vers la satisfaction de sa clientèle et sur la maîtrise sanitaire de ses produits.

LE SAVIEZ VOUS ?

Le riz est une des céréales les plus consommées à l'échelle mondiale et est l'aliment de base de la cuisine asiatique. Près de 2 000 variétés de riz sont aujourd'hui cultivées. Une fois récolté, le riz peut être commercialisé à plusieurs stades de transformation : paddy (non décortiqué), complet (le son et le germe du grain sont toujours présents), blanc (même le germe a été retiré) et "cargot" (soumis à un traitement thermique pour éviter que les grains ne collent entre eux). Le riz est dit "complet" quand il garde son enveloppe naturelle riche en fibres et minéraux. Suivant le raffinage du grain de riz (complet, demi-complet ou blanc), il est utilisé dans des préparations culinaires spécifiques et des apports nutritionnels sont différents.



RIZ ROND SEMI-COMPLET BIO

EN VRAC

3,20€/KG

CARTE D'IDENTITE

Origine : Camargue, France

Producteur : Société DURU
(Lastrene, Gironde)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

La société DURU est fondée à la fin des années 40 et basée à Latresne (33). C'est une société spécialisée dans le conditionnement et le négoce de légumes secs, graines et céréales ainsi que dans la fabrication de manière traditionnelle et sous certification bio de plusieurs variétés de légumes. La société DURU garantit une sélection de produits des meilleures origines et de qualités supérieures en gamme conventionnelle et Biologique. L'objectif est de mettre en œuvre une politique d'amélioration permanente de la qualité, orientée résolument vers la satisfaction de sa clientèle et sur la maîtrise sanitaire de ses produits.

Conseil cuisine

Ce riz rond semi-complet est une variété très utilisée pour les desserts et les risottos; avec sa teneur en amidon importante, il constitue un excellent "carburant" pour l'organisme au sein d'un repas équilibré.



GROS SEL DE NOIRMOUTIER

EN VRAC

1,30€/KG

CARTE D'IDENTITE

Origine : Noirmoutier (France)

Producteur : Thierry Gallais,
L'Epine 85083

INFOS PRODUCTEURS

Thierry Gallais est producteur dans un marais salant à L'Epine (île de Noirmoutier). Sensible à la question de l'alimentation durable, Il fournit plusieurs AMAP en Pays de Loire, en Ile-de-France et dans les Hauts de France, ainsi que certains magasins de producteurs en vente directe ou citoyens.

Sa production est entièrement artisanale et naturelle et un label IGP est actuellement en discussion.

Son marais salant se situe en zone Natura 2000 et il est engagé dans des Mesures Agro Environnementales (fauches tardives pour la biodiversité, pas d'écobuage, lutte contre les espèces invasives, maintien des buissons pour la petite avifaune...).

Par ailleurs, sa fleur de Sel est en cours d'agrément Label Rouge sur Noirmoutier.

CA VIENT D'OU LE SEL ?

La récolte du sel dans un marais est une pratique très ancienne. Là où le sol est argileux et de qualité, le saunier (ou paludier) modèle une aire qui comprend une zone de préchauffe pour concentrer l'eau de mer et une zone de production – les œillets – où se cristallise le sel. Le marais permet de faire suivre un chemin plus lent et plus long à l'eau de mer pour la concentrer 8 fois plus. On y récolte du gros sel qui apparaît sur un sol argileux (ce qui explique sa couleur grise) et la fleur de sel (très blanche).



ÉPICES

EN VRAC

CARTE D'IDENTITE

Origine : Selon les épices, France, Grèce, Inde, Sri Lanka, Vietnam

Producteur : ID Bio

INFOS PRODUCTEURS

ID Bio est une entreprise qui s'engage dans une démarche de production équitable en partenariat avec des agriculteurs en France, en Inde, en Grèce et en Espagne.

Leur objectif est de soutenir des agriculteurs dans une démarche équitable et de soutenir une agriculture biologique.

L'usine de transformation artisanale des épices et herbes aromatiques à la réalisation est située à Serralongue, dans les Pyrénées Orientales et dispose d'un atelier de transformation alimentaire où sont préparés tous les produits d'épicerie fine vendus sous la marque ID BIO et sous mention Nature et Progrès : tartinades, moutardes, pâtes de curry, sauces et pickles.

Epices déjà proposées

- Paprika
- Cannelle
- Mélange pain d'épice
- Herbes de Provence
- Ail semoule
- Poivre noir en grain



PUREE DE TOMATES

POT DE 700 G

1,80€/ l'unité

CARTE D'IDENTITE

Origine : Pouilles, Italie

Producteur : Granoro, via
Alterbio

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Les valeurs fondamentales qui guident l'activité de Granoro depuis 1967 sont : passion, tradition, savoir-faire et innovation au service de produits de qualité. La fabrique est située à Corato dans les Pouilles (province de Bari), région méridionale de l'Italie connue depuis l'époque romaine pour être la zone de production du meilleur blé dur en Italie, mais est aussi un territoire possédant une très ancienne tradition de production de pâtes alimentaires à base de blé dur. Granoro produit des pâtes de qualité car il sélectionne les meilleures matières premières et utilise dans son procédé de fabrication des semoules de blé dur biologiques de grande qualité qu'elle va chercher dans les moulins.

Cette "Passata", élaborée à partir de tomates biologiques exclusivement cultivées et sélectionnées en Italie, respecte tout l'arôme et la saveur de la tomate fraîchement cueillie. Elle apporte sur la table toute la fragrance et la saveur des tomates fraîches, car seules quelques heures séparent leur récolte dans les champs de leur conditionnement. Ce n'est qu'à cette condition que ce coulis de tomate possède le goût et la qualité des conserves faites maison. Prêt à cuisiner et très pratique pour gagner du temps en cuisine, le coulis de tomate accompagne nombre de plats. Il est idéal pour accommoder un plat de pâtes ou réaliser une pizza ou bien pour la préparation de vos plats en sauce. A conserver dans un endroit sec à température ambiante. Après ouverture : conserver au réfrigérateur et consommer dans les 3-5 jours.



CHOCOLAT NOIR 58%

EN VRAC
9,50€/KG

CARTE D'IDENTITE

Origine : mélange de fèves de cacao (Equateur, République dominicaine, Sao Tomé)

Producteur : Entreprise Koaka (Carpentras, France)

Certifications :



Ingrédients : Pâte de cacao*, sucre de canne blond*, beurre de cacao*

*Ingrédients issus de l'agriculture biologique.
100% des ingrédients issus du commerce équitable référencés FAIR FOR LIFE

INFOS PRODUCTEURS

Kaoka est une entreprise française familiale créée en 1989, qui met trois filières de cacao (Equateur, République Dominicaine et Sao Tomé) au cœur de son activité. Cela se traduit par une relation directe et durable avec près de 4000 familles de producteurs de cacao. Elle leur garantit un prix de vente supérieur à celui du marché et s'engage dans la sauvegarde du cacao traditionnel aromatique grâce à la sélection de souches de cacaoyers. Elle forme les producteurs aux techniques de la fermentation et du séchage du cacao afin qu'ils produisent et valorisent un cacao de la meilleure qualité. En évitant les intermédiaires et contrôlant toutes les étapes de la production à la commercialisation du chocolat, cela permet d'avoir un produit de qualité à un prix raisonnable.

58%, à quoi ça correspond ?

Le pourcentage de cacao est indicateur de la quantité de sucre. Plus il y a de cacao, moins il contient de sucre. En dessous de 70%, le chocolat noir est bien adapté aux pâtisseries; au dessus, le goût fort et amer convient mieux à la dégustation.

Le chocolat VRAC s'adapte aussi bien aux gâteaux et chocolats chauds qu'aux en-cas de petits creux !



SUCRE BLOND DE CANNE

EN VRAC

2,40€/KG

CARTE D'IDENTITE

Origine : Argentine, Brésil, Paraguay

Producteur : Entreprise
Destination (Bordeaux, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

L'entreprise de transformation, torréfaction, conditionnement et distribution de produits biologiques et équitables Destination a été créée en 1999 à Bordeaux. Elle sélectionne ses matières premières (café, thé, sucre et cacao) en circuits courts et issus de l'agriculture raisonnée, biologique ou biodynamique : cela leur permet de contrôler la qualité des achats à la source. De plus, elle s'applique à offrir un revenu décent à leurs fournisseurs en développant une politique de prix minimum, ainsi qu'à optimiser le transport des marchandises, afin que camions et bateaux ne circulent qu'en étant totalement remplis. Enfin, Destination cherche à garantir l'accessibilité de ses produits de qualité en maintenant des prix raisonnables.

Le saviez vous ?

Ce sucre blond issu de l'agriculture biologique est fabriqué à partir de la canne à sucre. Plusieurs étapes ont lieu dans la sucrerie, le lieu de transformation, pour obtenir du sucre. D'abord, la canne est découpée en petits morceaux, qui sont ensuite pressés et broyés afin d'en récolter du jus, composé à 80% d'eau et à 20% de sucre. Ce jus est filtré et cristallise. C'est alors un sirop qui va être cuit et filtré plusieurs fois.

Le sucre peut aussi être produit par d'autres plantes, comme la betterave sucrière



MIELS DE FLEUR, DE LAVANDE, DE CHATAIGNER ET D'ACACIA

A L'UNITE

7€ le pot de 500g

11€ le pot d'1kg

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

**Producteur : Ferme La Fustière
(Loir-et-Cher, France)**

INFOS PRODUCTEURS

Mathilde Outters est apicultrice productrice de gelée royale, installée depuis 2018 dans la ferme apicole "La Fustière" de 450 ruches au coeur de la forêt de Sologne. Auparavant, elle animait un jardin solidaire au coeur du quartier de Danube Solidarité (Paris 19). Elle produit désormais du miel, de la gelée royale et d'autres produits de la ferme dans le Loir-et-Cher avec son compagnon Bernard Gaucher.

Le miel est fabriqué par une colonie d'abeilles à partir du nectar et du pollen des fleurs sauvages. Tous les miels sont différents selon les fleurs butinées par les abeilles. Leurs consistances peuvent être alors liquides, crémeuses ou cristallisées; leurs couleurs vont du blond clair au brun foncé. La cristallisation du miel est un processus naturel de conservation qui ne modifie pas les vertus et qui arrive après quelques semaines ou mois, selon le nectar floral. Le miel est un produit excellent pour la santé, aux propriétés médicinales variées (il permet par exemple de soulager les maux de gorge ou de cicatriser les plaies).

Par exemple, le miel d'acacia participe à la régulation intestinale, stimule l'appétit et aide à combattre les affections du système respiratoire. Il est récolté entre avril et juillet. Le miel de châtaignier se distingue par sa couleur ambrée, sombre, son odeur forte et saveur boisée, corsée et amère. Il a pour vertus de renforcer le système immunitaire, de favoriser la circulation du sang, d'améliorer le fonctionnement du foie et de l'estomac.



GELEE ROYALE

A L'UNITE

Contactez nous pour connaître les tarifs

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

**Producteur : Ferme La Fustière
(Loir-et-Cher, France)**

INFOS PRODUCTEURS

Mathilde Outters est apicultrice productrice de gelée royale, installée depuis 2018 dans la ferme apicole "La Fustière" (voir autres miels. Mathilde produit sa gelée royale sous la marque GRF®. www.geleeroyale-info.fr

Le cahier des charges GRF® (Gelée Royale Française) garantit une traçabilité sur :

- l'unique nourrissage prodigué aux abeilles (miel et pollen),
- la conservation et la non congélation de la gelée royale.

Les bonnes pratiques GRF® assurent la composition naturelle et la qualité de la gelée royale jusqu'à sa DDM (Date de Durabilité Minimale)

C'est quoi la gelée royale ?

La gelée royale est une substance naturelle produite par les abeilles ouvrières de l'espèce *Apis mellifera*.

Les ouvrières "nourrices" sécrètent cet aliment exceptionnel pour nourrir la reine. En effet, l'acide gras 10-HDA n'existe que dans la gelée royale et permet à la reine de vivre entre 2 et 4 ans au lieu de 6 semaines pour les ouvrières.

L'apiculteur récolte la gelée royale car c'est aussi un aliment très intéressant pour la consommation humaine. La gelée royale contient des vitamines B1, B2, B3, B5, B6 et B8, de l'acide folique (B9), des sels minéraux (cuivre et phosphore), l'acide gras 10-HDA et du zinc.



MIEL DE TILLEUL ET BONBONS AU MIEL

A L'UNITE

6,50€ le miel (500g)

3€ le pot de bonbons

CARTE D'IDENTITE

Origine :FRANCE (chantilly, 60)

Producteur : Le Rucher
d'Hippocrate

Certifications :

INFOS PRODUCTEURS

Installé seulement à deux kilomètres à vol d'abeilles de la forêt de Chantilly, Christophe Blanchard produit un miel de terroir. Ce dernier est issu de ses soixante ruchers parfaitement sédentaires au cœur du Parc Naturel Régional Oise Pays de France. Christophe possède un verger d'arbres fruitiers qui comprend plusieurs espèces anciennes et rares ainsi que quelques moutons pour entretenir l'espace. Cette pluralité participe à la richesse de la biodiversité du lieu. Ces miels, notamment le printemps, ont été récompensés au niveau régional en 2018 et 2019. Apiculteur engagé, Christophe souhaite que son miel soit accessible à tous !

Le saviez-vous ?

Le butinage du tilleul se fait dans la forêt de Chantilly. Ce miel est à la fois herbacé et épicé au nez, il avance sur des notes de café puis en bouche développe une magnifique fraîcheur qui lui donne beaucoup de fluidité et une belle longueur.

Fabrication de bonbons au miel. Produits évoluant au fil des saisons.

Médaille d'or pour le miel de printemps et été pour l'année 2018

Médaille de bronze pour le miel de printemps et été 2019



COMPOTES DE POMME

A L'UNITE

30 ct l'unité

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

Producteur : Entreprise Charles et Alice (Drôme et Vaucluse, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

L'entreprise Charles et Alice est née dans les vergers de la Drôme en 1976. Depuis 2010, elle propose une gamme de desserts aux fruits bio et français. Elle a à cœur de contrôler la qualité de ses produits à toutes les étapes de fabrication : dès les vergers, les meilleures pommes sont sélectionnées. Les producteurs doivent répondre à un cahier des charges strictes. Pour conserver toutes les saveurs des pommes, c'est le procédé de broyage à froid qui est utilisé : il s'agit de ne cuire que la pulpe pendant un temps limité. Les pommes sont cueillies dans un rayon d'environ 180km autour de l'atelier de fabrication. La gamme bio est labellisée chaque année depuis 2012 par le "Bureau Veritas Certification" comme « Origine France Garantie » pour afficher clairement la traçabilité française des produits.

Cette compote contient seulement les sucres naturellement présents dans les pommes. Elle est donc un en-cas ou un dessert sain car peu calorique, riches en fibres et en vitamines, et pratique. Néanmoins, les compotes possèdent moins de fibres et vitamines qu'un fruit frais car ces dernières sont partiellement détruites à la cuisson ! Quand il est possible, préférez donc les fruits frais, et optez pour une compote de temps en temps.



JUS DE POMME

A L'UNITE

2,70€/L

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

Producteur : Ferme La Sapinière
(Normandie, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

La Ferme La Sapinière est une ferme cidricole, dont la production de boissons à base de pommes (jus, cidre, pomeau, calvados) en fait une ferme typique de la région du "bessin". Située à deux pas d'Omaha Beach, les 17 hectares de Laurent-Sur-Mer en Normandie à proximité vergers ont une croissance modifiée par la proximité avec le littoral. Avec des températures moins élevées, la floraison des pommiers est retardée et la teneur en acidité des fruits est augmentée. Dans les vergers de la Ferme, 32 variétés différentes de pommes locales sont cultivées. Si au départ, la Ferme la Sapinière était entièrement dédiée au cidre, elle a progressivement élargit ses productions au Pomeau de Normandie et au jus de pomme (dès 1997), puis au jus de poire, apéritifs, confitures...

Ce jus de pomme non pasteurisé est issu de pommes de différentes sortes : sucrées, amères. Il relevé par révèle une petite bonne pointe acides et structure, d'acidité. Ce jus a été distingué par la Médaille de Bronze au Concours Général Agricole de Paris, Ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation, qui récompense les meilleurs produits du terroir français pour soutenir le développement économique de leurs filières de production et promouvoir auprès des consommateurs, une alimentation de qualité issue de l'agriculture et de l'élevage français À conserver au frais après ouverture.



HUILE D'OLIVE AOP

EN VRAC

7,15€/L

CARTE D'IDENTITE

Origine : Grèce

Producteur : Coopérative Les Amis de Zakros (Crète, Grèce)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Zakros est un petit village est entouré de près de 200 000 oliviers dispersés sur 7 000 hectares, face à la mer Méditerranée où les habitants vivent principalement de leur savoir-faire ancestral de production d'huile d'olive. Zakros est doté d'une coopérative oléicole qui s'occupe de transformation des olives en huile à partir d'une seule variété d'olive, les olives Koroneiki (olive couronne). L'huile est extraite par moyens mécaniques et physiques et les olives sont pressées le jour de la cueillette ! Cela donne une huile d'olive de grande qualité, peu acide, au goût équilibré entre douceur et amertume.

C'est grâce au travail de l'association « Les amis de Zakros », que la distribution en France de cette huile d'olive est possible. Cela permet aussi aux villageois crétois producteurs de l'huile de pérenniser et de vivre leur activité, en étant rémunéré prix ». Dans un esprit de solidarité, les au juste prix de la contraintes rencontrées. L'association « Les amis de Zakros » reverse les excédents financiers de distribution d'huile en France pour la réalisation coopérative sont revus chaque année, selon les de la de projets d'aménagement et d'activité culturelle dans le village.



HUILE DE TOURNESOL

EN VRAC

4€/L

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

Producteur : GIE Les Fermes de Chassagne (Charente, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Les producteurs des Fermes de Chassagne sont réunis en coopération économique : Groupement d'Intérêt Economique (GIE). Cela leur permet de valoriser collectivement leurs productions dans une démarche de qualité et de proximité et de gérer eux-mêmes la vente de leurs produits. Tous leurs produits sont certifiés Bio. Ils alternent les cultures de céréales avec celles de légumineuses, qui participent à la biodiversité. Elles sont pour la plupart cultivées "en sec", ce qui permet de faire des économies d'eau.

Le saviez-vous ?

De toutes les huiles, l'huile de tournesol est la plus riche en vitamine E ; elle est en outre très riche en d'acides gras poly-insaturés.

L'huile de tournesol est ainsi reconnue pour son action régulatrice sur le système endocrinien et sur le système nerveux, et particulièrement indiquée dans les cas de stérilité, frigidité et impuissance. Elle est préconisée pour renforcer le système immunitaire et prévenir le vieillissement cellulaire. Elle joue un rôle hypocholestérolémiant (baisse du cholestérol sanguin) et anti-athéromateux. Enfin elle nourrit, assouplit et adoucit la peau.



HUILE DE COLZA

EN VRAC

4€/L

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

Producteur : Huilerie Avernoise

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Cette ferme familiale existe depuis 1750 à Aavernes en plein cœur du Vexin français, au Nord-Ouest du bassin parisien.

Leurs produits sont reconnus comme

« Produits du Parc naturel régional du Vexin Français », ils s'engagent dans une démarche de respect de l'environnement, à travers de nombreux critères de la culture à la transformation.

Les huiles de colza sont produites en 1ère pression à froid et ce à partir de graines cultivées sur place. Le pressage à froid permet d'obtenir une huile vierge qui n'a subi aucun traitement chimique ni opération de raffinage.

L'Huilerie Avernoise a souvent été primée pour ses huiles lors de concours, comme en 2009 où elle a été Gourmet d'Or lors du Concours AVPA, produits des cultures d'exception..

Le saviez-vous ?

L'huile de colza produite en 1ère pression à froid est excellente pour la santé car riche en Oméga 3 (bon pour le système cardiovasculaire).

Cette huile aux arômes de noisette et couleur or est réservée à l'assaisonnement des salades vertes, d'endives, les crudités (carottes, betteraves rouges, concombre). Vous pouvez l'utiliser également en mayonnaise, pour accompagner les crustacés. Elle se marie avec l'ensemble des vinaigres.

LES LEGUMINEUSES





LENTILLES VERTES BIO

EN VRAC

3,40€/KG

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

Producteur : GIE Les Fermes de Chassagne (Charente, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Les producteurs des Fermes de Chassagne sont réunis en coopération économique : Groupement d'Intérêt Economique (GIE). Cela leur permet de valoriser collectivement leurs productions dans une démarche de qualité et de proximité et de gérer eux-mêmes la vente de leurs produits. Tous leurs produits sont certifiés Bio. Ils alternent les cultures de céréales avec celles de légumineuses, qui participent à la biodiversité. Elles sont pour la plupart cultivées "en sec", ce qui permet de faire des économies d'eau.

Le saviez vous ?

La lentille est probablement originaire du Moyen-Orient, et fut un aliment courant chez les Grecs, les Egyptiens et les Romains. La lentille verte est maintenant cultivée partout dans le monde. Cultivée depuis 25 ans en Charente, elle s'adapte très bien aux sols calcaires sur lesquels elle développe une saveur exceptionnelle. Résistante à la sécheresse, elle se cultive en sec, contribuant ainsi à l'économie d'eau. La lentille est, de tous les légumes secs, le plus riche en protéines (plus de 24 %), en fer et en riboflavine (vit B2), et le plus pauvre en matières grasses.



POIS CHICHE BIO

EN VRAC
3,25€/KG

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

Producteur : GIE Les Fermes de Chassagne (Charente, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Les producteurs des Fermes de Chassagne sont réunis en coopération économique : Groupement d'Intérêt Economique (GIE). Cela leur permet de valoriser collectivement leurs productions dans une démarche de qualité et de proximité et de gérer eux-mêmes la vente de leurs produits. Tous leurs produits sont certifiés Bio. Ils alternent les cultures de céréales avec celles de légumineuses, qui participent à la biodiversité. Elles sont pour la plupart cultivées "en sec", ce qui permet de faire des économies d'eau.

CARTE D'IDENTITE

Le pois chiche appartient à la famille des légumineuses, des plantes dont les fruits sont contenus dans des gousses à la différence des légumes verts. En terme nutritionnels, les légumineuses sont riches en protéines végétales, en vitamines et en fibres, tout en étant faible en matières grasses. Leur consommation est donc adaptée à tous les régimes alimentaires. Les pois chiches se dégustent en salade, tartinade, purée, couscous... Associés avec des céréales (riz, blé...), les protéines qu'ils contiennent seront mieux absorbées par le corps.



HARICOTS BLANCS, ROUGES ET NOIRS

EN VRAC

4,60€/KG

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

Producteur : GIE Les Fermes de Chassagne (Charente, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Les producteurs des Fermes de Chassagne sont réunis en coopération économique : Groupement d'Intérêt Economique (GIE). Cela leur permet de valoriser collectivement leurs productions dans une démarche de qualité et de proximité et de gérer eux-mêmes la vente de leurs produits. Tous leurs produits sont certifiés Bio. Ils alternent les cultures de céréales avec celles de légumineuses, ce qui participe à la biodiversité. Elles sont pour la plupart cultivées "en sec", ce qui permet de faire des économies d'eau.

Le saviez vous ?

Le haricot est une légumineuse d'Amérique, introduite en Europe au XVI^e siècle et est désormais cultivé sur tous les continents. La diversité de types de haricots est extraordinaire à travers le monde !

Par ses teneurs en protéines, minéraux et vitamines, le haricot se situe dans la moyenne des légumes secs, contenant par ailleurs peu de matières grasses. Sa caractéristique principale est son exceptionnelle richesse en fibres, nettement supérieure à celle de la plupart des légumes secs.



POIS CASSÉS BIO

EN VRAC

2,90€/KG

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

Producteur : GIE Les Fermes de Chassagne (Charente, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Les producteurs des Fermes de Chassagne sont réunis en coopération économique : Groupement d'Intérêt Economique (GIE). Cela leur permet de valoriser collectivement leurs productions dans une démarche de qualité et de proximité et de gérer eux-mêmes la vente de leurs produits. Tous leurs produits sont certifiés Bio. Ils alternent les cultures de céréales avec celles de légumineuses, qui participent à la biodiversité. Elles sont pour la plupart cultivées "en sec", ce qui permet de faire des économies d'eau.

Le saviez vous ?

Plante des régions tempérées, le pois était une des principales légumineuses de l'Europe. Les pois sont encore très cultivés en France, mais sont presque exclusivement récoltés avant maturité, sous forme de petits pois ou pour l'alimentation du bétail. Par ses teneurs en protéines, minéraux et vitamines, le pois se situe dans la moyenne des légumes secs, contenant peu de matières grasses. Grâce à son index glycémique bas, il pénètre très progressivement dans l'organisme et réduit les fringales des grignoteurs compulsifs.

CONSEILS DE PRÉPARATION POUR LES LÉGUMINEUSES



Les haricots absorbent les sauces et les parfums; ils sont souvent utilisés en accompagnement de viandes mais il s'accommode aussi particulièrement bien avec un simple filet d'huile d'olive !

Temps de trempage : 8 à 12 heures.

Temps de cuisson : 1 heure 30 minutes à feu doux



Après avoir rincé les lentilles, faites les cuire en les recouvrant d'eau froide. À partir des premiers frémissements, comptez environ 30 minutes de cuisson et salez en fin de cuisson.

Temps de cuisson : environ 30 minutes à feu doux



Pour la cuisson, mettez dans une casserole les pois cassés dans 5 fois leur volume d'eau froide. A partir de l'ébullition, faites les cuire à feu doux, salez et poivrez à la fin.

Temps de trempage : pas nécessaire

Temps de cuisson : environ 40 minutes à feu doux



Pour cuire les pois chiches, versez les dans un grand volume d'eau froide salée et comptez 45 minutes de cuisson à feu doux après ébullition.

Temps de trempage : 8 à 12 heures.

Temps de cuisson : environ 45 minutes à feu doux.

LES FRUITS ET LEGUMES



FRUITS ET LÉGUMES LOCAUX, DE SAISON, RAISONNÉS OU BIO

VRAC propose chaque mois des fruits et légumes locaux, majoritairement d'Ile-de-France, produits en agriculture raisonnée ou biologique.

En partenariat avec Vif CircuitsCourts, la halle alimentaire La Panaméenne du 14ème et la halle alimentaire La Charrette Solidaire du 18ème arrondissement.

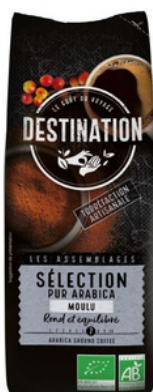


Quelques exemples (avril 2023) :

- Pommes bicolores bio - 2,30€ le kilo
- Pommes de terres bio - 1,60 € le kilo
- Oignons jaunes - 1,60€ le kilo
- Batavia 1,15€ la pièce
- Poires : 1,90€ le kilo

CAFÉ, THÉS ET INFUSIONS





CAFE

A L'UNITE

3€ le paquet de 250g
11,30€ le paquet de 1kg

CARTE D'IDENTITE

Origine : Amérique du Sud
(assemblage)

Producteur : Entreprise
Destination (Bordeaux, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

L'entreprise de transformation, torréfaction, conditionnement et distribution de produits biologiques et équitables Destination a été créée en 1999 à Bordeaux. Elle sélectionne ses matières premières (café, thé, sucre et cacao) en circuits courts et issus de l'agriculture raisonnée, biologique ou biodynamique : cela leur permet de contrôler la qualité des achats à la source. De plus, elle s'applique à offrir un revenu décent à leurs fournisseurs en développant une politique de prix minimum, ainsi qu'à optimiser le transport des marchandises, afin que camions et bateaux ne circulent qu'en étant totalement remplis. Enfin, Destination cherche à garantir l'accessibilité de ses produits de qualité en maintenant des prix raisonnables.

Le saviez vous ?

Le cafetier qui produit des grains Arabica est un arbuste fragile, qui nécessite un climat doux, humide et ombragé. Il ne pousse qu'en altitude, entre 800m et 2000m (comme sur ses hauts plateaux d'origine), où les sols sont riches en minéraux. Le café Arabica est doux, d'une grande finesse aromatique en bouche et moins amer que le robusta. Il représente les deux tiers de la production mondiale.



THÉ NOIR

EN VRAC

1,55€ les 50g

31€ le kilo

CARTE D'IDENTITE

Origine : Sri Lanka

Producteur : Entreprise

Destination (Bordeaux, France)

Certifications :



Préparation : infuser 4 à 5 minutes
dans une eau à 95°C

CARTE D'IDENTITE

Le sarrasin est aussi appelé " blé noir " dans certaines régions. Il ne s'agit pourtant pas du tout d'une Graminée ! Il fait partie d'une autre famille de plantes, les Polygonacées, où l'on trouve aussi la rhubarbe et l'oseille... Il s'adapte très bien sur des terrains pauvres.

Une céréale très complète : Le sarrasin est supérieur aux autres céréales sur le plan nutritionnel. Il a en outre l'avantage de ne pas contenir de gluten (facteur d'allergie chez certaines personnes). Il est de plus très riche en magnésium!

INFOS PRODUCTEURS

L'entreprise de transformation, torréfaction, conditionnement et distribution de produits biologiques et équitables Destination a été créée en 1999 à Bordeaux. Elle sélectionne ses matières premières (café, thé, sucre et cacao) en circuits courts et issus de l'agriculture raisonnée, biologique ou biodynamique : cela leur permet de contrôler la qualité des achats à la source. De plus, elle s'applique à offrir un revenu décent à leurs fournisseurs en développant une politique de prix minimum, ainsi qu'à optimiser le transport des marchandises, afin que camions et bateaux ne circulent qu'en étant totalement remplis. Enfin, Destination cherche à garantir l'accessibilité de ses produits de qualité en maintenant des prix raisonnables.



THÉ VERT A LA MENTHE

EN VRAC

1,80€ les 50g

36€ le kilo

CARTE D'IDENTITE

Origine : Sri Lanka

Producteur : Entreprise
Destination (Bordeaux, France)

Certifications :



Préparation : infuser 2 à 3 minutes
dans une eau à 85°C

CARTE D'IDENTITE

Le thé vert menthe se distingue par son goût épicé. Ses feuilles, entièrement roulées à la main en forme de perle, s'épanouissent lors de l'infusion. Tous les types de thés sont, à l'origine, issus du même arbre et de ses feuilles : le théier. Ce qui définit les différentes variétés de thé sont notamment le type de cueillette pratiquée, la période de récolte, les différents traitements que vont recevoir les feuilles durant le processus de fabrication. Pour les thés verts, contrairement au thé noir, les feuilles sont très rapidement acheminées après la cueillette : le but est de les conserver dans leur état d'origine, sans oxydation.

INFOS PRODUCTEURS

L'entreprise de transformation, torréfaction, conditionnement et distribution de produits biologiques et équitables Destination a été créée en 1999 à Bordeaux. Elle sélectionne ses matières premières (café, thé, sucre et cacao) en circuits courts et issus de l'agriculture raisonnée, biologique ou biodynamique : cela leur permet de contrôler la qualité des achats à la source. De plus, elle s'applique à offrir un revenu décent à leurs fournisseurs en développant une politique de prix minimum, ainsi qu'à optimiser le transport des marchandises, afin que camions et bateaux ne circulent qu'en étant totalement remplis. Enfin, Destination cherche à garantir l'accessibilité de ses produits de qualité en maintenant des prix raisonnables.



ROOIBOS

EN VRAC

1€ les 50g

CARTE D'IDENTITE

Origine : Afrique du Sud

Producteur : Entreprise

Destination (Bordeaux, France)

Certifications :



Préparation : infuser 5 minutes
dans une eau à 95°C

INFOS PRODUCTEURS

L'entreprise de transformation, torréfaction, conditionnement et distribution de produits biologiques et équitables **Destination** a été créée en 1999 à Bordeaux. Elle sélectionne ses matières premières (café, thé, sucre et cacao) en circuits courts et issus de l'agriculture raisonnée, biologique ou biodynamique : cela leur permet de contrôler la qualité des achats à la source. De plus, elle s'applique à offrir un revenu décent à leurs fournisseurs en développant une politique de prix minimum, ainsi qu'à optimiser le transport des marchandises, afin que camions et bateaux ne circulent qu'en étant totalement remplis. Enfin, **Destination** cherche à garantir l'accessibilité de ses produits de qualité en maintenant des prix raisonnables.

C'est quoi le rooibos ?

Le rooibos provient d'un arbuste qui pousse exclusivement en Afrique du Sud dans les montagnes de Cederberg au nord de la ville du Cap. C'est la boisson traditionnelle du pays. Elle est recommandée dans le traitement de l'asthme, des allergies, de l'insomnie, de l'eczéma... Sans théine, c'est une infusion au goût légèrement fruité et sucré, souvent déclinée avec des aromatiques très variées ou associée à d'autres plantes (camomille, fleurs d'hibiscus...)



BISSAP

A L'UNITE

3€ les 250g

CARTE D'IDENTITE

Origine : Burkina Faso

Producteur : La Panaméenne
(Paris, France)

Préparation : Plonger les fleurs d'hibiscus dans de l'eau bouillante pendant 20min. Refroidir et filtrer et éventuellement ajoutez du sucre, de la menthe, du gingembre... Le bissap se boit chaud ou froid, voire légèrement glacé : c'est très rafraichissant !

INFOS PRODUCTEURS

Ce bissap est issu d'une filière de produits bio et équitable qui relie des communautés de femmes sénoufo du sud du Burkina Faso avec les femmes qui composent l'équipe de l'association parisienne La Panaméenne. Cette halle alimentaire durable et solidaire est gérée par une association d'insertion parisienne : Food2Rue. Food2rue accompagne des femmes éloignées de l'emploi vers les métiers de l'alimentation (restauration, commerce alimentaire de proximité) et l'entrepreneuriat. Elle leur propose un parcours d'insertion à partir des activités de La Panaméenne.

Bissap ou hibiscus ?

Le bissap est le nom donné en wolof sénégalais à une infusion de fleurs d'hibiscus, mais on retrouve cette boisson dans de nombreux pays du monde. Par exemple, au Mexique, cette infusion s'appelle "agua de Jamaica". L'hibiscus sabdariffa utilisée pour faire du bissap est une plante tropicale qui produit des fleurs ressemblant à du papier. Quand elles fanent et que leurs pétales tombent, les fleurs dévoilent leur calice rouge vif. Les infusions d'hibiscus sont employées comme remède depuis l'Égypte antique, où on l'utilisait notamment pour abaisser la température du corps en cas de coup de chaud, comme aphrodisiaque, et contre les insomnies et l'agitation. L'infusion d'hibiscus possède un goût acidulé avec un parfum subtil de fruits rouges.

LES PRODUITS D'HYGIENE ET D'ENTRETIEN





LESSIVE

EN VRAC

2,35€/L

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

Producteur : Laboratoire Gravier
(Gard, France)

Certifications :



100%
D'ORIGINE NATURELLE

INFOS PRODUCTEURS

Le laboratoire Gravier installé entre Nîmes et Avignon fabrique des produits bio depuis 1975. Pionniers de la bio, ils proposent une gamme de cosmétiques, huiles essentielles, savons et produits d'entretien tous certifiés par les différents organismes compétents dans les domaines écologiques. Le laboratoire Gravier contrôle au plus près son approvisionnement en plantes et ingrédients bio par la culture directe ou des partenariats de qualité. Tous les produits sont fabriqués sans parfums de synthèse, conservateurs, colorants, OGM, ni éléments issus de l'industrie pétrochimique. Ils ne sont pas testés sur les animaux, en accord avec la charte « Sans Cruauté » établie par One Voice à laquelle le Laboratoire GRAVIER a été le premier à adhérer en France.

Infos pratique

Cette lessive liquide concentrée est destinée au lavage en machine et à la main de tous les textiles, blanc et couleurs, à toute température.

Elle est composée à 100 % d'ingrédients d'origine naturelle et 10 % du total des ingrédients sont issus de l'agriculture biologique.*



LIQUIDE VAISSELLE CONCENTRÉ

EN VRAC

1,80€/L

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

Producteur : Laboratoire Gravier
(Gard, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Le laboratoire Gravier installé entre Nîmes et Avignon fabrique des produits bio depuis 1975. Pionniers de la bio, ils proposent une gamme de cosmétiques, huiles essentielles, savons et produits d'entretien tous certifiés par les différents organismes compétents dans les domaines écologiques. Le laboratoire Gravier contrôle au plus près son approvisionnement en plantes et ingrédients bio par la culture directe ou des partenariats de qualité. Tous les produits sont fabriqués sans parfums de synthèse, conservateurs, colorants, OGM, ni éléments issus de l'industrie pétrochimique. Ils ne sont pas testés sur les animaux, en accord avec la charte « Sans Cruauté » établie par One Voice à laquelle le Laboratoire Gravier a été le premier à adhérer en France.

Ce liquide vaisselle est composé à 99 % d'ingrédients d'origine naturelle et 10 % du total des ingrédients sont issus de l'agriculture biologique.* Il est conforme au contrôle Ecocert. Il est formulé sur base végétale, contient des tensio-actif d'origine végétale et 100% des ingrédients sont d'origine naturelle. Son action désinfectante est apportée par des ingrédients naturels.



CREME VISAGE Jour et Nuit

A L'UNITE

4,75€ la Crème jour Argan (50mL)

2,90€ la Crème jour Aloe Vera (30mL)

2,90€ la Crème nuit Karité (30mL)

CARTE D'IDENTITE

Origine :

Producteur :

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Tous les produits Marilou Bio sont fabriqués en France en collaboration avec des industriels français respectueux de normes de qualité. Ces cosmétiques sont certifiés "Cosmétiques Biologiques" par l'organisme de certification Ecocert, qui garantit aux consommateurs la nature et la qualité des produits. Marilou Bio adhère également à la charte Cosmebio. Elle exige que les cosmétiques contiennent au minimum 95% d'ingrédients végétaux d'origine naturelle et des procédés de fabrication encadrés, un recours aux emballages raisonné et une information transparente de la liste des ingrédients ou des pourcentages d'origine naturelle et biologique soient rendus lisibles.

Quelle crème choisir ?

L'huile d'argan est une huile végétale riche en acides gras, en vitamine E et en antioxydants et nourrit donc intensément la peau tout en l'hydratant et en la laissant douce et lisse.

L'aloé vera stimule le renouvellement cellulaire et facilite le processus de réparation de la peau. Associée à l'huile de Jojoba, aux propriétés calmantes, assouplissantes et régénérantes, cette crème de jour aide à lisser et à raffermir les peaux en manque de tonus et protège de la déshydratation

La crème de nuit hydrate et répare la peau en profondeur grâce à l'action conjuguée du beurre de karité, de l'huile de jojoba, d'avocat et de l'aloé vera.



DENTIFRICE MENTHE BIO

A L'UNITE

3€ le tube de 75mL

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

Producteur :

Certifications :



INFOS PRODUITS

Le Dentifrice Fraicheur Menthe bio 75 ml C'BIO apporte de la menthe pour l'haleine et permet d'apporter hygiène bucco dentaire et contrôle de la plaque dentaire. C'bio Dentifrice Menthe bio 75ml permet d'agir sur la propreté des dents et la protection de l'émail. D'origine naturelle, ses actifs permettent de ravoir hygiène et protection et d'améliorer la lutte contre les caries et les irritations des gencives ; l'hygiène bucco dentaire bio est l'activité première de C'bio qui vous conseille ce produit de soin bucco-dentaire, riche en des actifs comme l'Argile blanche Kaolin, la Glycérine, l'eau de menthe, l'argile verte Montmorillonite, la base lavante végétale, l'huile essentielle de menthe mentha arvensis.

Composition

Kaolin, Glycerin, Aqua, Mentha piperita (peppermint) leaf water*, Montmorillonite, Lauryl Glucoside, Mentha arvensis leaf oil*, Xanthan gum, Potassium sorbate, Citric acid, Benzyl alcohol, Dehydroacetic acid, Limonene.

* ingrédient issu de l'agriculture biologique

98% du total des ingrédients sont d'origine naturelle

10% du total des ingrédients sont issus de l'agriculture biologique.



BEURRE DE KARITE

A L'UNITE

11€ le pot de 200g

CARTE D'IDENTITE

Origine : Côte d'Ivoire

Producteur : La Panaméenne
(Paris, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Ce karité est un produit entièrement artisanal, réalisé par des femmes du village senoufo de Sinnematiali, dans le nord de la Côte d'Ivoire. Les noix à partir desquelles est fabriqué le beurre sont récoltées par des femmes du village de Sépikaa; la zone de collecte est la savane en périphérie du parc national de la Comoé, qui est libre de toute culture susceptible de générer des intrants chimiques. Les intermédiaires ont été réduit au maximum pour respecter les principes du circuit court, tout en proposant un produit de grande qualité.

Ce karité s'inscrit dans le cadre de la création d'une filière de produits bio et équitable reliant des communautés de femmes senoufo du nord de la Côte d'Ivoire avec les femmes de l'association parisienne La Panaméenne. Cette halle alimentaire durable et solidaire est gérée par une association d'insertion parisienne : Food2Rue.

Comment l'utiliser ?

Ce produit 100% naturel peut être utilisé de multiples façons : pour donner élasticité et souplesse à la peau même des tout- petits, pour prendre soin des problèmes de peau (eczéma, crevasses...) grâce à ses propriétés anti-inflammatoires et antimicrobiennes, pour soulager les muscles endoloris après une séance de sport, pour se protéger du soleil (avant l'application de crème solaire) ou encore pour réparer les cheveux cassants !



BICARBONATE DE SOUDE

A L'UNITE

5,50€ le sachet de 2kg

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

Producteur : Laboratoire Gravier
(Gard, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Ce produit d'entretien et ingrédient multi usage est produit par les laboratoires Gravier. Le laboratoire Gravier contrôle au plus près son approvisionnement en plantes et ingrédients bio par la culture directe ou des partenariats de qualité. Tous les produits sont fabriqués sans parfums de synthèse, conservateurs, colorants, OGM, ni éléments issus de l'industrie pétrochimique. Ils ne sont pas testés sur les animaux, en accord avec la charte « Sans Cruauté » établie par One Voice à laquelle le Laboratoire GRAVIER a été le premier à adhérer en France.

Comment l'utiliser ?

Il s'agit d'un bicarbonate de soude "technique" et ne s'utilise donc pas pour la préparation de cosmétiques ou l'alimentaire.

Il est particulièrement adapté pour : absorber les mauvaises odeurs (en laissant une coupelle de bicarbonate dans le frigidaire ou les placards, en saupoudrant la vaisselle sale dans le lave-vaisselle ou le linge sale dans le panier à linge...).

Il permet aussi de nettoyer sans rayer différentes surfaces dans la cuisine, la salle de bain (en saupoudrant de bicarbonate une éponge humide puis en frottant) ou encore de renforcer l'action de la lessive (mais attention, ne pas l'utiliser pour la laine et la soie).

Il peut aussi être utilisé pour assainir les matelas, les tapis, les moquettes, etc (en saupoudrant les surfaces, en brossant puis en laissant agir quelques heures avant d'aspirer).



PAILLETES DE SAVON DE MARSEILLE

A L'UNITE

6,20€ le sachet de 2kg

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

Producteur : Laboratoire Gravier
(Gard, France)

Certifications :



INFOS PRODUCTEURS

Le laboratoire Gravier contrôle au plus près son approvisionnement en plantes et ingrédients bio par la culture directe ou des partenariats de qualité. Tous les produits sont fabriqués sans parfums de synthèse, conservateurs, colorants, OGM, ni éléments issus de l'industrie pétrochimique. Ils ne sont pas testés sur les animaux, en accord avec la charte « Sans Cruauté » établie par One Voice à laquelle le Laboratoire GRAVIER a été le premier à adhérer en France.

Comment l'utiliser ?

Principalement utilisées pour le linge, les Paillettes de Savon de Marseille sont l'alliées idéales du linge délicat. Elles sont également recommandées pour le lavage du linge des bébés et des personnes aux peaux à tendance allergiques et sensibles. Vous pourrez également l'utiliser dans vos produits d'entretien faits maison.

POUR LE LAVAGE DU LINGE, dissoudre préalablement les paillettes dans de l'eau :

- Lavage à la main : dissoudre environ 15 g de paillettes dans 5 l d'eau, chaude de préférence.
- Lavage en machine : dissoudre environ 25 g de paillettes dans de l'eau chaude et verser le tout dans le tambour de la machine. Le dosage est à ajuster en fonction de l'état du linge et de la dureté de l'eau.



SHAMPOOING

A L'UNITE

5 € l'unité de 85g

2 bouteilles de 200 ml

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

Producteur : Laboratoire Gravier
(Gard, France)

Certifications :



100%
D'ORIGINE NATURELLE



INFOS PRODUCTEURS

Le laboratoire Gravier contrôle au plus près son approvisionnement en plantes et ingrédients bio par la culture directe ou des partenariats de qualité. Tous les produits sont fabriqués sans parfums de synthèse, conservateurs, colorants, OGM, ni éléments issus de l'industrie pétrochimique. Ils ne sont pas testés sur les animaux, en accord avec la charte « Sans Cruauté » établie par One Voice à laquelle le Laboratoire GRAVIER a été le premier à adhérer en France.

Composition

Formulé sous contrôle pharmaceutique, il offre une parfum 100% d'origine naturelle et une base moussante 100% d'origine naturelle dérivée de sucres et d'huiles végétales.

Il est composé à 100 % d'ingrédients d'origine naturelle et 20 % du total des ingrédients sont issus de l'agriculture biologique.

Ce shampoing solide 2 en 1 ne contient pas de colorant de synthèse, d'éléments issus de la pétrochimie : silicones, paraffine, PEG et est sans paraben.

Sélectionnés rigoureusement pour leur synergie et leurs propriétés démêlantes, ses agents moussants offrent une mousse abondante, ultra-douce et adaptée à tous les types de cheveux, pour une utilisation quotidienne.

La liste des ingrédients peut faire l'objet de modifications. Nous vous conseillons de la vérifier sur le produit acheté.



DEODORANT

A L'UNITE

4 € l'unité de 36g

CARTE D'IDENTITE

Origine : France

Producteur : Laboratoire Gravier
(Gard, France)

Certifications :



100%
D'ORIGINE NATURELLE



INFOS PRODUCTEURS

Le laboratoire Gravier contrôle au plus près son approvisionnement en plantes et ingrédients bio par la culture directe ou des partenariats de qualité. Tous les produits sont fabriqués sans parfums de synthèse, conservateurs, colorants, OGM, ni éléments issus de l'industrie pétrochimique. Ils ne sont pas testés sur les animaux, en accord avec la charte « Sans Cruauté » établie par One Voice à laquelle le Laboratoire GRAVIER a été le premier à adhérer en France.

Composition

Il est hypoallergénique, convient à tous les types de peaux et est testé sous contrôle dermatologique. Il ne contient pas de sels d'aluminium et d'alcool.

Il est composé à 100 % d'ingrédients d'origine naturelle et 38 % du total des ingrédients sont issus de l'agriculture biologique.

La gamme de cosmétiques solides Bio a été créée dans une démarche zéro-déchet. Elle permet une consommation de produits d'hygiène à la fois pratique et éco-responsable. Tous les produits de la gamme sont formulés avec des parfums d'origine naturelle.

Ce déodorant solide est conditionné dans un emballage carton recyclable.

La liste des ingrédients peut faire l'objet de modifications. Nous vous conseillons de la vérifier sur le produit acheté.