

MIELS

	> printemps	7,00 €
	> acacia ou été	8,00 €
M&M	> tilleul 500g	8,00 €
	> forêt	9,00 €
	> sapin	11,00 €

autres SUCRANTS

Tun.	> poudre de dattes 250g	3,50 €
	> sirop de dattes 340g	5,90 €
Mexiq	> sirop d'agave 250g	3,70 €
Canada	> sirop d'érable 250g	6,10 €
Ue/non L	> xylitol 250g	4,50 €

AIDES CULINAIRES

France	> agar-agar 50g	6,50 €
All	> bouillon légumes poule ou bœuf	4,50 €
	> bouillon cubes	1,80 €
Asie	> crème de coco	2,90 €
	> lait de coco	3,50 €
	> pâte de curry ou tandoori	3,90 €
	> sauce soja	3,70 €

COULIS

Ue/no n UE	> fraise, framboise 160g-190g	3,00 € à
	> mangue, caramel	4,90 €

FARINES

France	> blé T55 1kg	3,40 €
M&M	> blé T80 5kg	10,90 €
	> lupin	3,30 €
France	> orge 500g	1,70 €
UE	> teff	5,50 €

HUILES

	> cameline 25cl	10,00 €
M&M	> chanvre 50cl	11,50 €
	> colza 75cl	6,50 €
	> colza 3l	18,70 €
Asie	> coco 280ml	6,50 €
	> noisette	9,90 €
	> noix	8,90 €
	> pépins de courge	9,90 €
	> sésame	4,90 €
M&M	> tournesol 75cl	6,10 €
	> tournesol 3l	16,20 €
M&M	> tournesol 25cl	5,80 €
	au basilic 50cl	9,90 €
Grèce	> olive bidon 75cl	10,80 €
	bidon métal 5l	58,00 €

CONFITURES

F	> classique	4,50 €
r	> petit pot #parf.	2,20 €
a	> de lait	4,50 €
n		
c	> crème de marron 230g	6,50 €
e	> crème de marron 420g	7,50 €

CONDIMENTS et Cie

M&M	> aromates	5,25 €
	> sel fou ou fun	5,25 €
Italie	> concentré de tomate	2,30 €
France	> cornichons français	6,00 €
All	> ketchup 450ml	3,90 €
	> mayonnaise 350g	4,10 €
France	> moutarde (class. ou ancienne)	3,00 €
	> moutarde gros pot 350g	3,95 €
	> moutarde curry 90g	3,40 €
Grèce	> olives vertes, noires...	3,50 €
M&M	> "pesto" divers	5,90 €
div	> sauce barbecue ou thaï	6,30 €
Italie	> sauce tomate	2,90 €
France	> tomates séchées	4,90 €
All	> flocons levure maltée	5,90 €

TARTINES

Belg.	> galettes de maïs	1,80 €
-------	--------------------	--------

ÉPICES

Inde	> gingembre poudre 25g	6,90 €
Ind/Au	> graines de moutarde 20g	2,50 €
Inde	> noix muscade 20g	3,20 €
Esp	> piment doux poudre 42g	3,40 €
Sri lant	> poivre blanc 50g	5,50 €

VINAIGRES

	> balsamique 25cl	6,10 €
Italie	blanc 50cl	9,50 €
	> balsamique 25cl	3,10 €
France	> vin 50cl	3,20 €
France	> cidre 50cl	3,20 €
M&M	> parfumé 25cl	5,80 €

BIÈRES

	> Taverne blonde	2,50 €
M&M	----- autre -----	2,75 €
	> Tumulte 33cl	2,80 €
	> Tumulte 75cl	4,80 €

VINS consignés Oé

France	> vin rosé 75cl	10,00 €
	> vin blanc ou roug	11,00 €

PÂTES À TARTINER

M&M	> Lor & Nut	7,50 €
	> cajou-coco caramélisée	7,80 €
divers-France	> granola à tartiner	6,90 €
	> purée amandes, dattes, coco	6,80 €
	> chocamore	9,90 €

PURÉES D'OLÉAGINEUX

	> amandes blanches 300g	9,00 €
Esp.	> amandes complètes	9,00 €
Turquie	> noisette 300g	8,50 €
Vietn.	> noix de cajou	9,00 €
	> cacahuète 270g	4,90 €
divers	> sésame tahin 350g	7,00 €
	> 3 fruits secs 250g	7,50 €

TARTINABLES salés

France	> tartinade 90g	3,95 €
	> tapenade 90g	3,50 €
divers	> guacamole sans avocat	3,50 €
France	> houmous	4,10 €
	> cajou cacahuète curry	7,50 €

CHOCOLAT

E	F	> tablette lait ou crispies	3,00 €
q	r	> tablette lait noisttes	3,70 €
u	a	> tablette Bouga Cacao #parf.	3,70 €
a	r	> vegan	3,70 €
t	e	> cru au chanvre	5,50 €

CAFÉ MOULU -ORGÉ- MATÉ - TISANES

Pérou	> café moulu arabica 1kg	21,00 €
	> café moulu arabica 250g	5,40 €
France	> orgé 200g	4,90 €
Brésil	> maté divers	4,90 €
	> maltimalt	6,15 €
divers	> morning latte chai-cacao maca	7,90 €
Meuse	> tisanes boîte Ptisanes	5,10 €
M&M	> tisanes sachet Envol	5,85 €

SIROPS (sur commande)

M&M	> l'Envol du Pissenlit 25cl	4,50 €
	> l'Envol du Pissenlit 50cl	8,90 €

BOISSONS sans alcool

France	> limonade 75cl	3,50 €
	> black bulles 33cl	1,70 €
Esp	> jus d'orange 75cl	3,50 €
M&M	> jus de pomme 1l	3,50 €