

MIELS			
M&M	> printemps		7,50 €
	> acacia		9,00 €
	> tilleul	500g	9,00 €
	> forêt		9,50 €
	> sapin		12,00 €
autres SUCRANTS		Bio	
Tunisie	> sirop de dattes	340g	5,00 €
Mexiq	> sirop d'agave	360g	4,40 €
Canada	> sirop d'érable	250ml	6,70 €
Ue/ non Ue	> sucre vanillé	8x8g	6,60 €
UE	> xylitol	500g	8,00 €
CONFITURES et Cie		Bio	
F r a n c e	> divers	350g	4,50 €
	> crème châtaigne	360g	7,50 €
	> confit. Châtaigne var	340g	7,50 €
	> anko	100g	4,00 €
	> purée pruneau (non	210g	3,80 €
Canada	> fondant d'érable	250g	8,50 €
Italie	> Nocciolata	325g	6,00 €
M&M	> Lor & Nut	220g	7,00 €
COULIS		Bio	
Ue/ non Ue	> caramel	190g	3,30 €
	> mangue, fruits roug	160g	4,70 €
CHOCOLAT		Bio	
U e / n o n	> tablette divers		3,90 €
	> tablette Bouga Cacao	#parf.	3,80 €
	> tablette divers		4,30 €
U e	> cacao poudre	400g	6,30 €
PURÉES D'OLÉAGINEUX		Bio	
Esp.	> amandes		9,00 €
Turq.	> noisette		9,90 €
non Ue	> noix de cajou	300g	9,50 €
Egypte	> cacahuète		5,00 €
	> purée 4 noix		9,50 €
Ue -non Ue	> purée Rapunzel	250g	5,80 €
	> sésame tahin	300g	5,50 €

AIDES CULINAIRES			Bio
France-divers	> agar agar	2x4g	1,80 €
	> bioflan	2x8g	1,30 €
	> ferments yaourts	2x6g	3,60 €
	> poudre à lever	2x7g	0,50 €
All	> levure maltée	250g	4,70 €
Inde	> psyllium	300g	9,50 €
France	> son d'avoine	500g	3,90 €
FARINES			Bio
M&M	> blé T80	5kg	11,30 €
France-Equateur	> blé T65	1kg	2,90 €
	> lupin	500g	4,30 €
	> orge		2,40 €
	> kamut	500g	4,90 €
Bénin	> manioc	400g	5,50 €
Thaïlande	> riz gluant	350g	5,20 €
DIVERS			Bio
Ue	> amandes effilées	150g	3,80 €
France	> biscottes	300g	3,40 €
Ue-non Ue	> pain des fleurs	150g	4,50 €
	> feuilles de riz	150g	3,50 €
	> gressins	125g	2,50 €
div	> préparation taboulé	330g	5,30 €
TARTINABLES salés			Bio
divers France	> tartinade #recettes	90g	3,90 €
	> houmous #recettes	110g	4,20 €
	> tapenade	90g	3,10 €
	> rillettes poisson	90g	4,50 €
à la demande			Bio
(car je n'ai pas assez de place dans le camion pour tout avoir sous la main!)			
div	> purée de pomme	600g	4,50 €
	> conserves légumes:		tarif
	maïs, haricots, ratatouille...		variable
	champignons..		selon produit

CAFÉ - TISANES etc..		Bio	
	> café grains arabica	1kg	25,50 €
divers	> grain ou moulu	250g	6,50 €
	> café moulu arabica	1kg	25,50 €
France	> chicorée	180g	7,30 €
	> matimalt	250g	9,50 €
divers	> morning latte	125g	8,90 €
France	> orgé	200g	4,50 €
divers	> yannoh filter	500g	4,50 €
Meuse M&M	> tisanes	15 inf	5,30 €
		sachet 30g	6,50 €
BOISSONS sans alcool		Bio	
M&M	> jus de pomme	1l	3,50 €
	> Symples	33cl	2,50 €
France	> pétillant sureau	75cl	5,20 €
Italie	> jus de citron	50cl	3,30 €
SIROPS		Bio	
M&M	> l'Envol du pissenlit	25cl	4,50 €
BOISSONS végétales		Bio	
	> amande		2,20 €
	> avoine		1,50 €
divers	> épeautre	1l	2,20 €
	> millet		2,80 €
	> riz		1,55 €
France	> soja		1,70 €
BIÈRES et VINS (consignés)		Bio	
M&M	> Tumulte	33cl	3,00 €
		75cl	5,20 €
	> Grenaille	75cl	5,50 €

HUILES locales		Bio	
M&M	> cameline	25cl	10,00 €
	> carthame	25cl	
	> chanvre	50cl	12,80 €
		75cl	6,75 €
	> colza	3l	21,00 €
		75cl	6,30 €
	> tournesol	3l	19,80 €
		25cl	5,80 €
	> tournesol		
	au basilic	50cl	9,90 €
HUILES		Bio	
Asie	> coco	300ml	6,20 €
France	> lin		7,50 €
	> noisette		9,90 €
Ue- non Ue	> noix	25cl	9,50 €
	> pépin de courge		9,00 €
	> sésame		4,90 €
Grèce ou Esp	bouteille verre	75cl	12,50 €
	bidon	5l	72,00 €
VINAIGRES		Bio	
Italie	> balsamique blanc	25cl	6,10 €
		50cl	9,90 €
	> balsamique rouge	25cl	3,30 €
France	> vin	50cl	3,40 €
	> cidre	50cl	3,40 €
Asie	> riz	310ml	5,50 €
SAUCES EXOTIQUES		Bio	
Thaïla nde	> marinade teriyaki		4,00 €
	> nems		5,00 €
	> soja salé	200ml	3,90 €
	> soja sucrée		3,90 €
	> tamari		3,90 €
	> mirin		5,50 €
	> soja salé		8,80 €
	> soja sucrée	600ml	8,30 €

AIDES CULINAIRES		Bio	
Asie	> lait de coco	330ml	2,00 €
	> pâte de curry	105g	4,40 €
Ue- non Ue	> crème soja	200ml	1,10 €
	> crème cajou	200ml	1,80 €
CONDIMENTS et Cie		Bio	
	> achards	170g	5,50 €
	> ail mariné	130g	4,10 €
Ue- non Ue	> artichauts	130g	4,50 €
	> câpres ou câprons	206g	3,80 €
	> champignons à l'huile	130g	4,60 €
Maroc	> citron confit	135g	5,90 €
France	> cornichons	660g	7,70 €
non Ue	> gingembre mariné	190g	3,90 €
France	> lupins	220g	3,40 €
Grèce	> olives vertes	350g	3,50 €
	> olives noires...	350g	3,90 €
Turq	> poivrons grillés	310g	3,40 €
All	> tomates séchées	200g	4,80 €
div- France	> concentré de tomate	200g	2,20 €
	> pesto rosso ou verde	90g	3,90 €
non Ue	> purée gingembre	100g	4,40 €
----- Italie	> sauce tomate	340g	3,90 €
	> passata	680ml	2,00 €
MOUTARDES et Cie		Bio	
All	> ketchup	450ml	4,20 €
	> mayonnaise	325g	5,20 €
	> moutarde petit pot	210g	3,20 €
	> moutarde gros pot	350g	4,40 €
France	> moutarde très gros pot	700g	6,00 €
	> moutarde estragon	200g	3,70 €
	> moutarde noix	200g	3,90 €
	> moutarde curcuma	370g	4,50 €
BOUILLONS et ÉPICES		Bio	
Ue- non Ue	> bouillon cubes	60-68g	2,90 €
	> bouillon poule poudre	125g	4,30 €
France	> sel fou ou fun	175g	5,00 €
Ue -non Ue	> sel aux herbes	350g	4,90 €
	> noix muscade	30g	4,80 €