

La Binée Paysanne

Produits issus de l'Agriculture Biologique

Commerce équitable de proximité

Nous vous souhaitons Une bonne et heureuse alimentation 2019



Infos produits :

Fruits :

Des pommes **dalinco**, **dalinsweet**, et Gold rush en proposition. La première variété est un peu acidulé et les deux autres sont plus douce.

Le verger fleuri propose des **Kiwis**.

Les Poissons de Marion prennent 2 semaines de congés, les fêtes de fin d'années étant pour eux très intenses.

Réutilisation des contenants :

Les producteurs de la binée paysanne réutilisent majoritairement leurs contenants en verre.

Donc n'hésitez pas nous les rapporter sauf les pots de rillettes de la mer.

Jean marc Pinochet réutilise les boites d'oeufs.

Par contre nous ne pouvons nous resservir des contenants en plastique.

Et nous vous remercions de ne pas nous ramener les contenants d'autres producteurs car il ne sont, le plus souvent, pas adaptés aux quantités et aux modes de lavages des nos producteurs.

Ambiance de la brousse, attention les secousses !

Ça commence sur les chapeaux de roues à la **ferme de Quinrouet** qui nous fait cette semaine encore une nouvelle proposition : **la brousse de brebis**.

Préparée à partir du petit lait, la **brousse est un fromage frais** riche en protéines et pauvre en matière grasse. Il peut se consommer tartiné mais sa texture très légère en fait un parfait ingrédient pour des quiches et des gâteaux, pour une mousse salée à l'apéro... et avec un peu d'imagination, on peut l'intégrer à tout un tas de préparations.

Promis, on va leur demander une recette... Ce fromage est vendu à la coupe comme la tomme.

Mais le **Gaec de quinrouet** propose aussi depuis peu de la **farine de Lentilles vertes**.

Parmi les avantages de cette farine, notons :

Une forte teneur en protéines végétales

Une très faible teneur en gluten (nous ne pouvons garantir qu'il n'y en ait pas quelques traces)

Une très bonne capacité à lier les sauces et les soupes

Par ailleurs cette farine peut aussi se mélanger à la farine de blé pour des préparations salées et sucrées. La farine de lentilles ayant son goût et sa couleur, c'est à vous d'en estimer le mélange.

Promis, on va leur demander une recette.

Le petit mot de Katell Lorre :

Cette année 2019 verra de grands changements pour les galettes et pour la ferme en elle-même.

Cela commence dès la semaine prochaine où je commence une formation de langage des signes afin de pouvoir accueillir sur la ferme un public malentendant.

Cette formation dure 4 semaines réparties entre janvier et février . je continuerai à fournir les galettes durant ce temps ? la seule différence sera qu'elles seront faites la veille au soir.

Je vous remercie de votre compréhension et profite de ce message pour vous souhaiter une très belle année à venir.

Katell la galette !

Du côté du pain de Benoît Richard.

Désormais il propose en alternance les pains aux fruits 1 semaine sur 2

Noix et Chocolat ou Raisin-noisettes et Olives

Cette semaine, c'est Olive et Raisin noisettes !

Par ailleurs, le pain à l'épeautre de 750 gr n'est plus proposé mais vous le trouverez toujours en 500 g et 1 kg.