



	Pâtes Fabre- Cher (18) Fabrication Artisanale à l'ancienne.		
PA01	Tagliatelles natures bio	250 g	2,30 €
PA02	Tagliatelles natures bio	3kg	18,00 €
PA03	Tagliatelles semi-complètes bio	250 g	2,50 €
PA04	Tagliatelles semi-complètes bio	3kg	20,00 €
PA05	Tagliatelles bio aux 5 céréales	250 g	2,50 €
PA06	Tagliatelles bio aux 5 céréales	3kg	20,00 €
PA07	Tagliatelles bio à l'encre de seiche	250 g	3,30 €
PA08	Tagliatelles bio à l'encre de seiche	3kg	23,00 €
PA09	Tagliatelles bio à la spiruline	250 g	2,80 €
PA10	Tagliatelles bio à la spiruline	3kg	21,00 €
PA11	Tagliatelles bio aux œufs	250 g	2,50 €
PA12	Tagliatelles bio au quinoa	250 g	2,50 €
PA13	Penne rigate bio	250 g	1,60 €
PA14	Penne rigate bio	5kg	21,00 €
PA15	Torsades bio à la spiruline	250 g	2,30 €
PA16	Torsades bio à la spiruline	5kg	29,00 €
PA17	Torsades natures bio	250 g	1,60 €
PA18	Torsades natures bio	5kg	21,00 €
	<i>Markal-entreprise familiale (26)</i>		
PA19	Spaghetti à l'épeautre bio	500 g	2,45 €
	Riz et galettes de riz de Camargue		
	<i>Association de producteurs. Arles (13)</i>		
RI01	Riz long complet bio	1 kg	3,60 €
RI02	Riz long complet bio	5 kg	17,00 €
RI03	Riz long complet rouge bio	1 kg	4,65 €
RI04	Galettes aux cinq céréales bio	130 g	1,50 €
RI05	Galettes au riz complet bio	130 g	1,50 €
	<i>Provinces bio (44)</i>		
RI06	Riz long semi-complet bio de Camargue	1 kg	4,70 €
RI07	Riz long blanc bio de Camargue	1 kg	5,10 €
	<i>Markal-entreprise familiale (26)</i>		
RI08	Riz long semi-complet bio	5 kg	18,50 €
RI09	Galettes de riz bio au sel marin	100 g	1,20 €
	Huiles		
	<i>Vincent Raffault (37)</i>		
HU01	Huile de tournesol bio	75 cl	4,80 €
	<i>GAEC des Hauts Bourdiers (37)</i>		
HU02	Huile de colza bio	75 cl	5,70 €
HU03	Huile de colza bio	3 L	16,50 €
	<i>Christian SUREAU (37)</i>		
HU04	Huile de chanvre bio	0,25 L	9,00 €



	<i>Huilerie Vigean (36) Gamme biologique</i>		
HU05	Huile d'olive d'Italie bio	25 cl	4,70 €
HU06	Huile d'olive vierge extra bio	75 cl	7,90 €
HU07	Huile d'olive d'Italie bio	1 L	11,20 €
HU08	Huile bio de colza-sésame-olive-pépins de courges	1 L	11,20 €
HU09	Huile de cameline bio	25 cl	7,50 €
HU10	Huile de lin bio	25 cl	7,50 €
HU11	Huile de pépin de courge bio	50 cl	14,60 €
HU12	Huile fruitée aux noix bio	1 L	15,35 €
HU13	Huile de noix bio gourmande	50 cl	16,00 €
HU14	Macérat d'huiles et de basilic bio	50 cl	12,00 €
HU15	Macérat d'huiles et d'ail frais bio	50 cl	12,00 €
HU16	Macérat d'huiles et zeste de citron bio	50 cl	12,00 €
HU17	Macérat d'huiles et d'estragon bio	50 cl	12,00 €
	Vinaigre-Condiments-Fécule-Sauce soja-Levain		
	<i>Huilerie Vigean (36) Gamme biologique</i>		
VC01	Vinaigre balsamique bio	25 cl	5,40 €
VC02	Vinaigre de cidre bio	50 cl	3,50 €
VC03	Vinaigre de cidre bio	1 L	4,60 €
VC04	Moutarde de Dijon nature bio	350 g	4,00 €
VC05	Moutarde bio au citron	350 g	4,20 €
VC06	Moutarde bio au citron à l'ancienne	350 g	4,15 €
	<i>SARL Jean Hervé (36)</i>		
VC07	Gomasio bio (Sésame et sel)	150 g	2,00 €
VC08	Gomasio bio (Sésame et sel)	300 g	3,90 €
VC09	Gomasio demeter (Sésame et sel)	1,5 kg	11,20 €
VC10	Gomasio de la mer bio	300 g	4,50 €
VC11	Gomasio de la mer bio	1,5 kg	13,90 €
	<i>Markal-entreprise familiale (26)</i>		
VC12	Tapioca (fécule de manioc) bio	250 g	1,90 €
VC13	Levure maltée paillette (non bio)	250 g	3,50 €
VC14	Vermicelle demi-complet bio	500 g	1,70 €
VC15	Bio tamari	50 cl	10,50 €
	<i>Provinces bio (44)</i>		
VC17	Levain froment bio	260 g	5,40 €
VC18	Poudre à lever bio	2 x 7g	0,35 €
VC19	Bouillon de légumes cube bio	64 g	1,50 €
VC20	Vinaigre de cidre sans sulfites bio	75 cl	4,00 €
	Epices		
	<i>Masalchi (03)</i>		



EP01	Ras el hanout (muscade, cumin, gingembre, piment doux, Badiane, poivre, fenugrec, girofle, cardamome) bio	40 g	3,00 €
EP02	Origan flocons bio	15 g	1,60 €
EP03	Badiane bio (anis étoilé) poudre	30 g	2,90 €
EP04	Basilic bio	15 g	2,00 €
	<i>Provinces bio (44)</i>		
EP05	Cannelle moulue bio	30 g	2,20 €
EP06	Cumin bio poudre	40 g	3,50 €
EP07	Curcuma bio	35 g	2,70 €
EP08	Curry bio poudre	35 g	2,90 €
EP09	Fenouil bio poudre	30 g	2,45 €
EP10	Mélange 3 baies bio	45 g	3,75 €
EP11	Muscade bio moulue	35 g	4,15 €
EP12	Paprika doux bio hongrie	40 g	3,50 €
EP13	Persil bio feuilles	10 g	2,10 €
EP14	Piment de cayenne bio moulu	40 g	2,60 €
EP15	Poivre noir bio grains	50 g	2,80 €
EP16	Thym bio feuilles	45 g	3,90 €
EP17	Vanille bio (tube 2 gousses)	5 g	3,90 €
	Sel		
	<i>Le Paludier (44) Mention Nature et Progrès. Non bio.</i>		
SEL01	Fleur de sel de Guérande	250 g	6,30 €
SEL02	Gros sel de Guérande	1 kg	2,10 €
SEL03	Sel fin gris moulu de Guérande	500 g	2,00 €
	Algues françaises		
	<i>Markal-entreprise familiale (26)</i>		
AL01	Laitue de mer (paillettes) Non Bio.	100 g	7,00 €
AL02	Salade de la mer (paillettes) Non Bio.	100 g	8,40 €
AL03	Wakame (feuilles) Non bio.	50 g	5,50 €
AL04	Wakame (paillettes) Non bio.	100 g	8,20 €
AL05	Dulse (paillettes) Non bio.	100 g	5,90 €
	<i>Provinces bio (44)</i>		
AL06	Kombu (feuilles) Non bio.	50 g	3,25 €
AL07	Nori (feuilles) Non bio.	50 g	5,35 €
AL08	Nori (paillettes) Non bio.	100 g	7,30 €
	Sucre - Sirop d'agave - Miel-Géifiant		
	<i>Ets Fleurance (44)</i>		
SU01	Sucre de canne blond semoule bio	1 kg	3,00 €
SU02	Sucre de canne blond semoule bio	5 kg	14,20 €
SU03	Sucre de canne roux brun cassonade bio	1 kg	3,00 €
SU05	Sucre de canne roux morceaux bio	1 kg	3,90 €
	<i>SARL Jean Hervé (36)</i>		



SU06	Sirop d'agave bio	350 g	3,50 €
SU07	Sirop d'agave bio	850 g	7,00 €
SU08	Suc de canne intégral bio	450 g	4,30 €
	<i>BIOMEL (17)</i>		
SU08	Miel châtaignier bio	500 g	7,75 €
SU09	Gelée royale bio	10 g	23,10 €
	<i>Philippe LECHANTOUX (37)</i>		
SU10	Miel bio toutes fleurs bio	500 g	5,50 €
SU11	Miel bio de forêt bio	500 g	5,90 €
SU12	Miel d'acacia bio	500 g	6,80 €
	<i>Markal-entreprise familiale (26)</i>		
SU13	Agar-Agar (non bio)	12 g	4,60 €
	Fruits secs		
	<i>Markal-entreprise familiale (26)</i>		
FS01	Figues naturelle bio	250 g	4,30 €
FS02	Abricots bruns bio	250 g	4,50 €
FS03	Pruneaux dénoyautés bio	250 g	4,20 €
FS04	Pruneaux entiers bio	500 g	6,70 €
	Provinces bio (44)		
FS05	Dattes bio	500 g	7,65 €
	<i>SARL Jean Hervé (36)</i>		
FS06	Raisins secs bio	200 g	2,50 €
FS07	Raisins secs bio	2 kg	14,90 €
FS08	Noix de coco rapée bio	120 g	1,95 €
FS09	Noix de coco rapée bio	1,5 kg	9,90 €
FS10	Noix de cajou séchée bio	180 g	3,90 €
FS11	Noix de cajou sauce shoyou bio	180 g	4,00 €
FS12	Amandes complètes natures bio	180 g	3,25 €
FS13	Amandes complètes natures bio	3 kg	37,10 €
FS14	Poudre d'amandes bio	150 g	3,10 €
FS15	Poudre d'amandes bio	2 kg	35,30 €
FS16	Noisettes natures bio	180 g	3,35 €
FS17	Poudre de noisettes bio	150 g	3,30 €
FS18	Pralin bio	200 g	3,15 €
FS19	Mélange apéritif salé bio	400 g	5,90 €
FS20	Mendiant (mélange apéritif non salé bio)	400 g	6,50 €
FS21	Mendiant (mélange apéritif non salé bio)	2 Kg	27,80 €
FS22	Pistaches bio décortiquées, non salées	180 g	12,50 €
	Purée de fruits secs - Non sucrée		
	<i>SARL Jean Hervé (36)</i>		
PFS01	Purée de noisettes bio	350 g	6,60 €
PFS02	Purée d'amandes blanches bio	350 g	6,60 €



PFS03	Purée d'amandes blanches bio	700 g	11,35 €
PFS04	Purée d'amandes complètes bio	350 g	6,20 €
PFS05	Purée de noix de cajou bio	350 g	6,40 €
PFS06	Tahin (Purée de sésame blanc) bio Demeter	350 g	4,50 €
PFS07	Tahin (Purée de sésame blanc) bio Demeter	700 g	8,40 €
PFS08	Purée de sésame demi-complet bio Demeter	350 g	4,00 €
PFS09	Purée de pistaches bio	100 g	8,00 €
	Provinces bio (44)		
PFS10	Purée de châtaigne bio sans sucre	230 g	6,50 €
	Purée de fruits secs - Pâte à tartiner - Sucrée		
	<i>SARL Jean Hervé (36)</i>		
PFS11	Milkhervé (Poudre d'amandes pour boisson) bio	300 g	5,00 €
PFS12	Chocolade (pâte à tartiner bio - Cacao/Noisettes/Vanille)	350 g	4,90 €
PFS13	Chocolade (pâte à tartiner bio - Cacao/Noisettes/Vanille)	750 g	9,60 €
PFS14	Chocolade sans lait bio (Cacao/Noisettes/Vanille)	350 g	4,80 €
PFS15	Chocolade sans lait bio (Cacao/Noisettes/Vanille)	750 g	9,20 €
PFS16	Crunchy (Chocolade aux éclats de noisettes) bio	350 g	5,00 €
PFS17	Crunchy (Chocolade aux éclats de noisettes) bio	750 g	9,90 €
PFS18	Confit d'amande au suc bio	360 g	5,10 €
PFS19	Confit de sésame au suc bio	360 g	4,15 €
PFS20	Confit de noisette au suc bio	360 g	5,60 €
	Légumes secs		
	<i>EARL JOUBERT Philippe (37)</i>		
LS01	Lentilles vertes bio	1 kg	4,20 €
LS02	Lentilles vertes bio	3 kg	12,00 €
	Provinces bio (44)		
LS03	Lentilles corail bio (en rupture de fournisseur)	500 g	2,80 €
	Markal-entreprise familiale (26)		
LS07	Flageolets bio	500 g	4,60 €
	Farine		
	<i>Moulin Boutard (37)</i>		
FA01	Farine de froment bio T55	1 kg	1,90 €
FA02	Farine de froment bio T55	5 kg	8,90 €
FA03	Farine céréales et graines bio	1 kg	3,40 €
FA04	Farine céréales et graines bio	5 kg	16,10 €
FA05	Farine intégrale bio (T150)	1 kg	1,70 €
	<i>GAEC des Hauts Bourdiers (37)</i>		
FA06	Farine de blé bio T65	1 kg	1,85 €
FA07	Farine de blé bio T65	5 kg	8,70 €
FA08	Farine de blé bio T65	25 kg	41,00 €
FA09	Farine de blé bio T80	1 kg	1,80 €
FA10	Farine de blé bio T80	5 kg	8,50 €
FA11	Farine de blé bio T80	25 kg	40,00 €



	JAMIN Paul (37)		
FA12	Farine de sarrasin (en conversion bio)	1 kg	3,75 €
FA13	Farine seigle T80 (en conversion bio)	1 kg	2,90 €
FA14	Farine de petit épeautre (en conversion bio)	1 kg	5,00 €
	Markal-entreprise familiale (26)		
FA15	Farine de châtaigne bio	500 g	6,40 €
FA16	Farine de châtaigne bio (sur pré-commande)	5 Kg	60,10 €
FA17	Farine de riz demi-complet bio	500 g	2,00 €
FA18	Farine de pois chiche bio	500 g	2,70 €
	Pain au levain		
	<i>JAMIN Paul (37) - En conversion bio. Fabrication le mardi et le vendredi. Sur commande.</i>		
PN01	Pain au froment (environ 800 g)	kg	4,50 €
PN02	Pain au froment et aux graines de colza, lin (environ 800 g)	kg	4,50 €
PN03	Pain au seigle (environ 700 g)	kg	5,00 €
PN04	Pain au petit épeautre (levain au blé) (environ 800 g)	kg	5,65 €
	Fromages fermiers		
	<i>EARL JOUBERT Pascal et Catherine (37). En conversion bio en Mai 2011.</i>		
FR01	Fromage long bleu affiné	pièce	4,40 €
FR02	Fromage long frais bleu ou blanc	pièce	4,40 €
FR03	Fromage frais en faisselle	pièce	3,00 €
FR04	Fromage rond affiné	pièce	3,15 €
	Œufs		
	<i>EARL L'Œuf bio de Touraine (37)</i>		
OE01	Œufs biologiques	6	2,10 €
OE02	Œufs biologiques	12	4,00 €
	Pommes et jus de pommes		
	<i>Yvette et Guy DURAND (37)</i>		
POM01	Jus de pommes bio	1 L	3,00 €
POM02	Pommes bio de Septembre à avril-mai	1 kg	2,80 €
POM03	Pommes bio de Septembre à avril-mai	6 kg	15,00 €
POM04	Pommes bio de Septembre à avril-mai	13 kg	31,20 €
	Couscous-Céréales		
	<i>Markal-entreprise familiale (26)</i>		
CC01	Couscous complet bio	1 kg	3,50 €
CC02	Couscous complet bio	5 kg	16,50 €
CC03	couscous blanc bio	1 kg	3,50 €
CC04	Semoule blanche fine bio	500 g	1,80 €
CC05	Semoule complète fine bio	500 g	1,70 €
CC06	Boulgour fin bio	500 g	1,70 €
CC07	Boulgour fin bio	1 kg	2,95 €
CC08	Boulgour gros bio	500 g	1,70 €
CC09	Boulgour gros bio	1 kg	2,95 €
CC10	Mélange gourmand bio (boulgour+quinoa+épeautre)	500 g	3,10 €
CC11	Son de blé bio	200 g	0,80 €
CC12	Son d'avoine bio	500 g	2,80 €
CC13	Son d'avoine bio	3 kg	13,50 €



CC14	Flocons d'avoine petits bio	500 g	1,90 €
CC15	Flocons d'avoine petits bio	3 kg	9,55 €
CC16	Flocons d'avoine bio gros	500 g	1,90 €
CC17	Flocons de quinoa bio	500 g	5,15 €
CC18	Flocons de sarrasin bio	500 g	4,30 €
CC19	Flocons de millet bio	500 g	3,00 €
CC20	Flocons 5 céréales bio (avoine, blé, orge, riz, seigle)	500 g	2,00 €
CC21	Flocon de riz bio	500 g	2,60 €
CC22	Muesli standard bio	500 g	3,70 €
CC23	Muesli énergie bio	3 kg	22,65 €
CC24	Muesli fruits rouges et fibre bio	375 g	4,20 €
	Provinces bio (44)		
CC25	Semoule de millet bio	500 g	2,80 €
	Graines		
	<i>GAEC des Hauts Bourdiers (37)</i>		
GR01	Graines de lin brun bio	500 g	2,90 €
	<i>Markal-entreprise familiale (26)</i>		
GR02	Quinoa réal blanche bio	500 g	3,95 €
GR03	Quinoa réal blanche bio	1 kg	7,45 €
GR04	Sésame blond complet bio	500 g	2,85 €
GR05	Sésame complet grillé bio	500 g	3,15 €
GR06	Pois cassés verts bio	500 g	2,25 €
GR07	Graines de millet bio pour pain	250 g	2,00 €
GR08	Graines de lin bio pour pain	250 g	2,00 €
GR09	Graines d'avoine bio pour pain	250 g	2,00 €
GR10	Epeautre du Nord bio	500 g	2,00 €
GR11	Avoine décortiqué bio	500 g	1,90 €
GR12	Pois chiche bio	500 g	2,30 €
GR13	Risotto à la milanaise bio	320 g	2,40 €
GR14	Graines de sarrasin décortiqué bio	500 g	2,70 €
GR15	Graines de sarrasin décortiqué bio	1 kg	4,90 €
GR16	Graines de fenugrec bio à germer	250 g	2,40 €
GR17	Graines de courges bio	250 g	3,20 €
	<i>SARL Jean Hervé (36)</i>		
GR18	Graines de tournesol bio	2 kg	10,95 €
	<i>Provinces bio (44)</i>		
GR19	Blé tendre bio à germer	500 g	1,70 €
	Conserves		
	<i>Markal-entreprise familiale (26)</i>		
CO01	Coulis de tomates bio	340 g	3,25 €
	Biscuits-Gâteaux-Bonbons-Chocolat		
	<i>Markal-entreprise familiale (26)</i>		
BIS01	Galettes bretonnes beurre salée bio	100 g	3,40 €
BIS02	Galettes de riz chocolat noir bio	100 g	2,20 €
BIS03	Tablette de chocolat bio noir orange	100 g	2,00 €
BIS04	Chocolat bio 55% en palets pour pâtisserie	1 kg	14,10 €
	<i>L'EARL L'œuf Bio de Touraine (37) (sur pré-commande)</i>		
BIS05	Madeleines natures bio	8 pièces	4,75 €



BIS06	Madeleines à l'orange bio	8 pièces	4,75 €
BIS07	Madeleines aux épices bio	8 pièces	4,75 €
BIS08	Madeleines aux pépites de chocolats bio	8 pièces	4,75 €
BIS09	Madeleines marbrées bio	8 pièces	4,75 €
	Petit déjeuner		
	<i>Ropars (85)</i>		
PTT01	Café Mexique bio Commerce équitable	250 g	3,90 €
PTT02	Café du Pérou bio Commerce équitable	250 g	3,90 €
	<i>Markal-entreprise familiale (26)</i>		
PTT03	Café bio en grains Mexique	250 g	4,00 €
PTT04	Café bio en grains Amérique du Sud	1 kg	17,75 €
PTT05	Thé vert original bio (vrac)	50 g	3,00 €
PTT06	Thé vert jasmin bio (sachet)	48 g	3,00 €
	<i>SARL Jean Hervé (36)</i>		
PTT07	Poudre de cacao bio	160 g	2,95 €
PTT08	Poudre de caroube bio (substitut du cacao)	160 g	2,20 €
	<i>Provinces bio (44)</i>		
PTT09	Chicorée instantanée bio	100 g	5,00 €
PTT10	Infusion bio reverie soir sommeil	22,5 g	5,15 €
PTT11	Thé vert bio gout russe (avec agrumes)	100 g	6,40 €
PTT12	Thé vert earl grey bio	100 g	6,60 €
PTT13	Infusion mate vert bio	100 g	5,60 €
PTT14	Confiture abricot demeter	325 g	4,25 €
PTT16	Jus de raisins rouge demeter	75 cl	4,00 €
	Petit déjeuner -Enfants		
PTT17	Kare Fourré chocolinette bio	375 g	5,90 €
	Boissons-Crèmes végétales- Tofu		
	<i>Markal-entreprise familiale (26)</i>		
BOI01	Boisson au riz bio	1 L	2,20 €
BOI02	Boisson au riz bio	12 L	25,20 €
BOI03	Boisson à l'avoine bio	1 L	2,30 €
BOI04	Boisson à l'avoine bio	12 L	26,40 €
BOI05	Boisson de soja bio	1 L	2,05 €
BOI06	Boisson de soja bio	12 L	23,40 €
BOI07	Crème de riz liquide bio- spéciale cuisine	20 cl	1,20 €
BOI08	Crème d'avoine liquide bio - spéciale cuisine	20 cl	1,30 €
BOI09	Crème liquide soja bio	20 cl	1,40 €
BOI10	Crème liquide soja bio	20 cl X 3	4,05 €
BOI11	Tofu nature bio	125 g x 2	3,50 €
	<i>Provinces bio (44)</i>		
BOI12	Macatela rouge bio sans sulfite	75 cl	5,00 €
BOI14	Apibul Framboise bio (sans alcool)	75 cl	4,60 €
BOI15	Apibul myrtille bio (sans alcool)	75 cl	4,50 €
BOI16	Jus légumes lactofermenté demeter	75 cl	4,55 €
	Produits sans gluten		
	<i>Exquidia-Entreprise familiale (26)</i>		
SSG01	Coquillettes de riz bio	500 g	4,50 €
SSG02	Spaghetti de riz bio	500 g	4,50 €



SSG03	Torsades de riz bio	500 g	4,50 €
SSG04	Pennes de riz complet bio	500 g	5,90 €
SSG05	Tagliatelles de riz complet bio	500 g	5,90 €
	<i>Provinces bio (44)</i>		
SSG06	Pain bio aux céréales	300 g	4,80 €
SSG07	Pain de mie bio	300 g	4,90 €
SSG08	Pain brioché bio	300 g	5,30 €
SSG09	Biscuits bio à la framboise		
SSG10	Biscuits bio pepites de chocolat	125 g	3,15 €
SSG11	Muesli sans gluten bio	500 g	5,10 €
SSG12	Muesli quinoa chocolat bio	375 g	4,90 €
SSG13	Pain des fleurs sarrasin bio	150 g	3,30 €
	Livres		
LIV01	"Du lait d'amande à la purée de noisette" Geneviève HERVE	unité	5,00 €
	Ustensiles de cuisine (<i>inox 18/10 cuisson sans eau ni graisse, voir modèle sur www.abe-fr.com</i>)		
	<i>Ambiance et bien-être (34)</i>		
ABE1	Faitout haut (20 cm)	3,8 L	179 €
ABE2	Faitout haut (24 cm)	5,6 L	198 €
ABE3	Faitout haut (28 cm)	10 L	238 €
ABE4	Faitout bas (16 cm)	1,8 L	128 €
ABE5	Faitout bas (20 cm)	3 L	158 €
ABE6	Faitout bas (24 cm)	4 L	186 €
ABE7	Poêle (20 cm)		115 €
ABE8	Poêle (24 cm)		123 €
ABE9	Poêle (28 cm)		142 €
ABE10	Casserole (16 cm)		121 €