

L'association Corronsac Bien Vivre Ensemble a créé ce marché en juillet 2014. Il se déroule **tous les mercredis de 16h30 à 20h00**. **Il ne pourra continuer sans vous !** Plus qu'un service de proximité, une occasion pour créer des rencontres et conserver un lien social entre toutes les générations du village.



Chaque mois, des nouvelles sur les animations, les promos et les nouveaux produits du marché !

1^{er} repas du marché : Venez nombreux profiter des premiers rayons de soleil du printemps...Le mercredi 3 mai

Le Mercredi 03 Mai
C'est le repas du marché !



Venez partager
un moment de
convivialité
à partir de 19h !
Apportez votre repas
ou achetez les
produits du marché.

Apéritif offert
Tables et Bancs à disposition

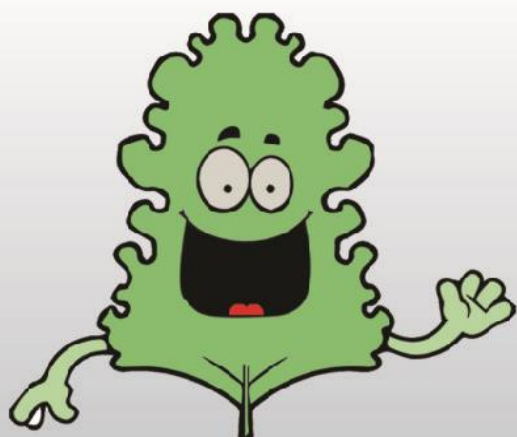
BOISSONS ET PAIN OFFERTS
par l'Association CorronsacBienVivreEnsemble



inspired par nos voisins - but not like our neighbors

*2 nouveaux commerçants le
mercredi 3 mai*

*Stéphanie la
céréalière (Huiles, farines,
pates...) et Jean Luc le
crêpier*



L'animation du mois ☺
1^{er} repas du marché !!!
Venez Nombreux

Stéphanie...présentation 😊

Nous sommes donc céréaliers sur la commune de Montbrun Lauragais et installés depuis fin 2014. Nous avons converti les terres en bio dès notre installation et transformons nos récoltes à la ferme. Nos récoltes d'oléagineux sont triés par nos soins et viennent ensuite alimenter notre presse à huile. Cette presse nous permet de transformer nos graines de tournesol et de lin en huiles vierges de 1ère pression et extraites à froid.

L'huile est ensuite mise à décanter de 2 à 8 semaines (suivant les graines) pour ensuite être mises en bouteilles.

Nos huiles de tournesol et de lin allient, de par notre mode de fabrication, saveur et bienfaits nutritionnels (nous produirons également en 2017 de l'huile de caméline et de carthame).

Nos céréales sont moulues au moulin de Montbrun ainsi que dans notre moulin de typer Astrié qui permet la fabrication de farines de sarrasin et de blé fraîches, digestes et savoureuses (nous produirons en 2017 de la farine de petit épeautre).

Nous proposons :

- farines de blé (1kg, 1,5kg, possibilité en 5 et 25kg avec tarif dégressif) équivalent T80 et T110 (complète) ;
- son de blé (500g) ;
- farine de sarrasin (1kg, autre conditionnement possible sur demande) ;
- huile vierge de lin 1ère pression à froid (25cl en bouteille opaque) ;
- huile vierge de tournesol 1ère pression à froid (75cl)
- semoule de blé dur (500g et 1kg) ;
- mélanges aliments pour poules (blé, triticale, tournesol, tourteaux de lin et tournesol, son de blé) en sacs de 25kg
- pâtes alimentaires (à confirmer)

Le système de pré-commandes est un système idéal pour nous car il nous permet d'anticiper les quantités de farine à moudre (je privilégie le stockage des grains et non de la farine, ce qui permet aux personnes de goûter et cuisiner avec une farine fraîche !) et les quantités d'huile à embouteiller (stockée dans un garde vin avec couvercle flottant pneumatique permettant une conservation optimale de l'huile).

Nous plébiscitons le vrac et sommes tout à fait favorables à proposer nos produits dans le contenant des personnes qui commandent (il suffit de m'en avertir mais depuis le début, j'encourage tous nos clients à me ramener leur propre contenant).



- Venez vite découvrir notre site www.biograneta.fr et notre toute nouvelle page Facebook



Jean Luc le crêpier...Sa carte ☺

L'instant-Crêpes

06 42 26 82 31

l'instant.crepes@orange.fr

Galettes

100% Farine de Sarrasin Bio sans Gluten

<i>Basilic</i>	3,00
Emmental Jambon Blanc	Sup/Oeuf, 0,50
<i>La Marmelade</i>	4,00
Emmental Fondue de Poireaux maison / Fromage de Chèvres	
<i>La Fromage</i>	4,50
Emmental, Fromage de Chèvres, Sauce Roquefort maison, Mozzarella	
<i>La Complète</i>	5,00
Oeuf, Emmental, Champignons de Paris, Jambon Blanc	
<i>Norvégienne</i>	6,00
Emmental, Fondue de Poireaux maison, Saumon Fumé, Citron ou Cibolette	
<i>La Jardinière</i>	6,00
Emmental, Fondue de Poireaux maison, Oignons, Brocoli, Courgette	
<i>La Dégustation</i>	6,00
Emmental, Poireaux, Oignons, Emincé de poulet, Tomate Fraîche	
<i>La Montbrunaise</i>	7,00
Emmental, Oignons, Champignons de Paris, Fraîche, Jambon Craquelé, Reblechon	
<i>La Bretonne</i>	7,00
Emmental, Andouille Guémené, Oignons, Sauce Moutarde maison	

<i>Galettes Nature Bio : 1</i>	1,30 €
<i>Galettes Nature Bio : les 3</i>	3,00 €

Mes galettes sont réalisées avec de la farine de sarrasin biologique, et mes crêpes sucrées sont faites avec la farine de blé tendre.

Au bon goût du naturel, j'ai choisi d'utiliser uniquement des farines de froment et de sarrasin issues de l'agriculture biologique (Biograneta) - Crozats à Montbrun-Lauragais 31450

Crêpes à la farine bio

<i>Les sucres</i>	1,50
Blanc ou Caramelade	
<i>La Ruche</i>	2,00
Miel, Fleurs de Pays, ou Châtaigner	
<i>Citronnelle</i>	2,00
Sucre et Citron frais	
<i>Confiture</i>	2,00
Fraise, Mûre, Framboise, Rhubarbe, Pastèque	
<i>Nutella</i>	2,50
<i>Caramel au Beurre Salé (uniquement)</i>	2,50
<i>Crêpe Nature et Pomme cuite (uniquement)</i>	2,50
<i>Caramel au Beurre Salé aux Noisettes (uniquement)</i>	3,00
<i>Crêpes Sucre et Grand-Marnier</i>	3,50
<i>Crêpe-Tatin</i>	4,00
Caramel au Beurre Salé et Pomme Cuite (uniquement)	



<i>Crêpes Nature Bio 1</i>	1,00 €
<i>Crêpes Nature Bio les 3</i>	2,70 €
<i>Crêpes Nature Bio les 5</i>	4,00 €



Galettes et Crêpes à emporter



Je me déplace sur le lieu de votre événement, ou qu'il se trouve