Salut c'est les Paniers !  
   
Bon ben faut pas se mentir c'est plus tout à fait l'été au niveau des températures. Alors pour se faire du bien et s’acclimater en douceur le Pain des familles livre cette semaine aussi. Aussi un bol de chocolat chaud et une tartine devrait faire l'affaire :)  
  
Attention, bientôt soirée Paniers festif avec la célèbre formule de Georges Matichard des « 3 minutes » : chaque personne présente, ce qu’elle veut, comme elle veut, sur scène pendant 3 mn. J’ai pensé à un strip tease et vous ?  
Ça sera mardi 1 octobre.  
  
Ce mardi, c'est  encore Jean-Paul qui livrera le pain ainsi que les commandes passées chez Chaffane. Merci, merci, merci Jean-Paul !  
  
**AUJAC : les producteurs présents ce mardi 17 Septembre à 16h45**  
  
  
**\* FOURNIL LE PAIN DES FAMILLES  de Laurence (label AB):**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| - Baguette | farine T65 | 250 g | 1,4 | € |
| - Pain de campagne | farine T80 | 550 g | 3,1 | € |
| - Pain multigraines | farine T80 | 550 g | 3,7 | € |
| - Pain complet | farine T80 + son | 550 g | 3,2 | € |
| - Pain des familles | farine T65 | 550 g | 3 | € |
| - Pain aux graines (courges et sarrasin) | farine T65 | 550 g | 3,7 | € |
| - Pain au seigle | 100% fraine de seigle | 600 g | 3,5 | € |
| - Petit épautre | 100% farine de petit épautre de Lozère | 600 g | 5,5 | € |
| - Kamut | 100% farine de khorasan | 400 g | 3,1 | € |

* Brioches 300g : 5 €
* Pomponette ronde ( brioche huile d'olive) : 2 €
* Pain au chocolat : 1€50, croissant : 1€30, briochette : 1€30
* Fougasse olive : 1€60
* Fougasse noix / emmental : 1€90

Les commandes sont à passer par SMS au plus tard le **dimanche** au **06 85 54 30 21** en précisant votre **nom** et **prénom** ainsi que votre **commune**.  
  
**\* Jean-Paul Jorand: miel**

* **Miel toutes fleurs:              4€50 le pot de 250 gr**

**8€50 les 500 gr**  
**16€ le kg ( ou 2 pots de 500 gr)**

* **Miel toutes fleurs avec lavande: 4€50 les  250 gr**

**8€50 les 500 gr**  
**16€ le kg**

* **Miel de châtaignier :         5€ les 250 gr**

**9€ les 500 gr**  
**17€ le kg**  
   
**Commande par sms au: 06 83 91 70 17 ou par mail: jean-paul.jorand@laposte.net**  
  
**\* PENSEZ SAUVAGE** :  semences potagères, aromatiques, fleurs et autres curiosités... (label AB)

* 3€ le sachet de graines , voir le catalogue sur le site internet <https://pensezsauvage.org/>

  Commandes au 07 50 90 68 40    
  
**\* JULIE ET FRED** de Malbosc : le vin, les oeufs :

* boite de 6 oeufs: 3 €
* Vin rouge SIG, Cuvée L'Arjalas 2021, L'Arjalas 2022:  6 €
* Vin rouge Fréquence 7  de 2023 à 9€, assemblage de cépages méditerranéens et de cépages "cévenols".
* Le vin rouge pétillant 2023 est prêt!  7€/bouteille. 11.5%vol.

Pensez à ramener les bouteilles, elles sont réutilisées, ainsi que tous bouchons de liège pour la filière du recyclage.  
Commandes au 06 33 83 89 08 jusqu'au lundi 17h.  
  
**\* LA CLEDE PEYRIC** avec Emilie

* Jus de fruits (Pomme, Pomme/raisin)  et nectar de poire :4€
* Farine de châtaignes 6€ les 250g, 9€ les 500g, 15€ le Kg
* Confiture de pêche de vigne 4e le pot de 240g
* Confiture et Crème de Châtaigne : 6€ le pot de 450g

Commandes jusqu'au lundi soir au 06 33 97 01 39  
  
**\* AGRICOULIS** : Châtaigne, jus de fruits et plantes (label AB)

* Ail des ours: 5, 50€
* Sirops: Sureau ou Rose ( 4,5€  les 25cl)
* Hydrolats (Hélichryse 8€ et Rose 10€)
* Jus de pommes, et Pomme/coing : 3,60€
* Panier de légumes, 12€ : aubergines, tomates,  haricots, oignons doux... (avec quelques variations suivant la production...)
* Aubergine 4€ le kg

Commandes au 06 82 20 98 27 avant lundi soir  
  
**LE JARDIN DE CHAFFANE**  de Laurence et Lionel :  les fruits, les légumes et l'épicerie bio (produits frais et sec)  
  
 Vous pouvez passer vos commandes sur le portable de Lionel au 06 64 11 37 49 ou au magasin de Bessèges au 04 66 25 30 44 jusqu'au mardi midi.  
  
  
**BONNEVAUX : les producteurs présents ce mardi 17 septembre à 17h30**  
  
**\* FOURNIL LE PAIN DES FAMILLES  de Laurence (label AB):**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| - Baguette | farine T65 | 250 g | 1,4 | € |
| - Pain de campagne | farine T80 | 550 g | 3,1 | € |
| - Pain multigraines | farine T80 | 550 g | 3,7 | € |
| - Pain complet | farine T80 + son | 550 g | 3,2 | € |
| - Pain des familles | farine T65 | 550 g | 3 | € |
| - Pain aux graines (courges et sarrasin) | farine T65 | 550 g | 3,7 | € |
| - Pain au seigle | 100% fraine de seigle | 600 g | 3,5 | € |
| - Petit épautre | 100% farine de petit épautre de Lozère | 600 g | 5,5 | € |
| - Kamut | 100% farine de khorasan | 400 g | 3,1 | € |

* Brioches 300g : 5 €
* Pomponette ronde ( brioche huile d'olive) : 2 €
* Pain au chocolat : 1€50, croissant : 1€30, briochette : 1€30
* Fougasse olive : 1€60
* Fougasse noix / emmental : 1€90

Les commandes sont à passer par SMS au plus tard le **dimanche** au **06 85 54 30 21** en précisant votre **nom** et **prénom** ainsi que votre **commune**.  
  
**\* Jean-Paul Jorand: miel**

* **Miel toutes fleurs:              4€50 le pot de 250 gr**

**8€50 les 500 gr**  
**16€ le kg ( ou 2 pots de 500 gr)**

* **Miel toutes fleurs avec lavande: 4€50 les  250 gr**

**8€50 les 500 gr**  
**16€ le kg**

* **Miel de châtaignier :         5€ les 250 gr**

**9€ les 500 gr**  
**17€ le kg**  
   
**Commande par sms au: 06 83 91 70 17 ou par mail: jean-paul.jorand@laposte.net**  
  
**\* GAEC Mas de la rivière:** légumes, Valérie et Lionel vous proposent:

* Concombres:1€
* Oignons doux:3€ la botte
* Persil :1 €
* Courgettes 2€50/ kg
* Pommes de terre Charlotte ou Dalida, rouge et fondante (2,50€/kg ou 6€ en filet de 2,5kg)
* jus de pommes 3,50€
* confiture de châtaignes 360g : 5€ 50  - 60€ le carton de 12

Commandes au 06 83 72 37 68 avant lundi soir  
  
**\* JULIE ET FRED de Malbosc :** le vin, les oeufs :

* boite de 6 oeufs: 3 €
* Vin rouge SIG, Cuvée L'Arjalas 2021, L'Arjalas 2022:  6 €
* Vin rouge Fréquence 7  de 2023 à 9€, assemblage de cépages méditerranéens et de cépages "cévenols".
* Le vin rouge pétillant 2023 est prêt!  7€/bouteille. 11.5%vol.

Pensez à ramener les bouteilles, elles sont réutilisées, ainsi que tous bouchons de liège pour la filière du recyclage.  
Commandes au 06 33 83 89 08 jusqu'au lundi 17h  
   
**\* AGRICOULIS :** Châtaigne, jus de fruits et plantes (label AB)

* Ail des ours: 5, 50€
* Sirops: Sureau ou Rose ( 4,5€  les 25cl)
* Hydrolats (Hélichryse 8€ et Rose 10€)
* Jus de pommes, et Pomme/coing : 3,60€
* Panier de légumes, 12€ : aubergines, tomates, haricots, oignons doux... (avec quelques variations suivant la production...)
* Aubergines 4€ le kg

Commandes au 06 82 20 98 27 avant le lundi soir   
  
**\* SURI'chou :** produits lacto fermentés

* Tradi'chou: un suri de chou blanc et  carotte avec les épices  traditionnelles de la choucroute. Pot de 290g: 2,50€ au lieu de  5€
* Pepsi'chou: un délicieux chou rouge parfumé de gingembre et d'échalote. Pot de  290g: 2,50€ au lieu de 5€
* Varigata:  pickles sans vinaigre de légumes de saison, en ce moment  carotte fenouil et brocoli. Petite touche de graines de  coriandre et moutarde. Pot de 290g: 2,50€ au lieu de 5€
* Kimchi en folie: LE condiment  Coréen traditionnel,  revisité et gourmand, légèrement pimenté! Pot de 190g: 2,75€ au lieu de 5€50

Disponibles sur place   
  
\*  **CEV-ARBO** pour la crème de marron  et le miel

* Crème de marron 6€ le pot, 11 € les deux pots.
* Miel, fleurs des Cévennes en 250 g à 5€50 et en 500g à 9€50

Commande par téléphone 06 22 92 65 45 ou par mail: [fredbonnevaux@yahoo.fr](mailto:fredbonnevaux@yahoo.fr)  
  
**LE JARDIN DE CHAFFANE**  de Laurence et Lionel :  les fruits, les légumes et l'épicerie bio (produits frais et sec)  
  
Vous pouvez passer vos commandes sur le portable de Lionel au 06 64 11 37 49 ou au magasin de Bessèges au 04 66 25 30 44 jusqu'au mardi midi.  
  
Alors même si il fait moins chaud vous faites pas de soucis, ça va bien se passer !  
A mardi.  
Stéphane pour les Paniers