



# MANGE TES GRAINES



CATALOGUE DES PRODUITS

# SOMMAIRE



Présentation	03
Toppings sucrés sans gluten	05
Toppings salés sans gluten	07
Mueslis	08
Autres produits	10
Conditionnement	12

## PRÉSENTATION



Depuis plusieurs années, Mange TES Graines est la spécialiste des toppings sur mesure ; biologiques, sans gluten, savoir-faire artisanal et fabrication 100% française (en Ile de France), sans conservateur, sans colorant et avec peu de sucre pour les recettes sucrées.

Mange TES Graines a pour objectif de répondre au mieux aux enjeux environnementaux et sociétaux. Les produits fabriqués sont de qualité, avec un ancrage de plus en plus local, dans un souci d'éco-responsabilité.

Mange TES Graines propose des recettes salées et sucrées qui peuvent être saupoudrées sur des plats ou des desserts pour apporter goût et texture. Les recettes sont originales et gourmandes préparées avec des fruits et légumes frais, de l'avoine sans gluten, des fruits à coques, et beaucoup d'autres petits secrets !

Mange TES Graines diversifie actuellement sa gamme de produits avec le même souci de qualité afin de continuer à vous satisfaire et à vous surprendre.

### QUI SUIS-JE ?

Je m'appelle Corinne et suis la productrice des produits proposés. Votre satisfaction est ma priorité.

### PARTENAIRE DE QUALITÉ

Parmi mes clients, je fournis de grands noms aussi bien en Ile de France qu'en Province.

### RECETTES SUR MESURE

J'élabore l'ensemble des recettes présentées sur mon site. Je suis à même de proposer des recettes signatures en partenariat avec vos chefs.

### CHOIX DES MATIÈRES PREMIÈRES

Je m'engage à faire un choix de qualité quant aux produits qui composent les toppings en essayant de privilégier le commerce équitable.

### NOUVELLES RECETTES, NOUVEAUX PRODUITS

La gamme de produits est constamment en évolution non seulement de par la création régulière de nouvelles recettes mais aussi de par l'introduction de nouveaux types de produits.



# TOPPINGS

SUCRÉS ET SALÉS SANS GLUTEN



# TOPPINGS SUCRÉS SANS GLUTEN



## AGRUMES

## FRUITS ET ÉPICES

Flocons d'avoines certifiés sans gluten

### LE PEP'S DES ZESTES

Citron 3 agrumes

Flocons d'avoine, graines, (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), noisettes, noix de cajou, jus de citron. Citron, orange, pamplemousse déshydratés.

### LE CITRON BRETON

Citron sarrasin

Flocons d'avoine, graines, (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame, sarrasin), noisettes, jus de citron. Citron déshydraté.

### LA BIGOUDÈNE

Sarrasin pomme noisette caramélisées

Flocons d'avoine, graines, (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame, sarrasin), noisettes caramélisées. Pomme déshydratée et caramélisée.

### LES ÎLES NORMANDES

Pomme coco

Flocons d'avoine, graines, (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), noisettes, noix de coco. Pomme déshydratée.

### BEAUTÉ DU ZESTE

Citron gingembre

Flocons d'avoine, graines, (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), amandes, noix de cajou, noix de coco, gingembre, jus de citron. Citron déshydraté.

### COUCHER DE SOLEIL

Marmelade d'orange au pavot

Flocons d'avoine, graines, (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame, pavot), amandes, orange, huile essentielle d'orange. Orange déshydratée.

### MANGUE TES BAIES !

Mangue baie de goji

Flocons d'avoine, graines, (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), amandes, noix de coco, mangue. Baie de goji, mangue déshydratés.

### GRAINES D'ÉPICES

Epices speculoos

Flocons d'avoine, graines, (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), amandes, Épices speculoos (Cannelle, anis, gingembre, carvi, cardamome, girofle, muscade).



# TOPPINGS SUCRÉS SANS GLUTEN



## CHOCOLATS

## RECETTES SAISONNIÈRES

Flocons d'avoines certifiés sans gluten

### C'EST CHOUÈTE

Cacahuète et Chocolat au Lait

Flocons d'avoine, graines (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), cacahuète, Chocolat au lait (39% cacao), cacao.

### CHOCOVORE

Chocolat noir Fève de Tonka

Flocons d'avoine, graines (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), chocolat noir (70% cacao), noisettes, cacao, Fève de Tonka.

### MACCHIATO NOISETTES

Chocolat au lait café

Flocons d'avoine, graines (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), noisettes, chocolat au lait (39% cacao), café.

### LA PETITE BAIE NOIRE

Chocolat noir piment myrtille

Flocons d'avoine, graines (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), chocolat noir (70% cacao), noisettes, cacao. Piment de Cayenne.

### DOUCEUR D'ENFANCE

Chocolat au lait sarrasin

Flocons d'avoine, graines (tournesol, amarante soufflée, sarrasin), noisettes, amandes, chocolat au lait (39% cacao), cacao.

### LA FORET NOIRE

Chocolat noir cerise

Flocons d'avoine, graines (tournesol, amarante soufflée, sésame), noisettes, amandes, chocolat noir (70% cacao), cacao, cerise. Cerise griotte déshydratée.

### RECETTE D'ÉTÉ

#### EN ROUGE ET NOIR

Thé noir fraise épine vinette

Flocons d'avoine, graines (tournesol, amarante soufflée, sésame) amandes, thé noir. Fraises, épines vinette déshydratées.

### RECETTE D'HIVER

#### CHOC' AGRUM

Chocolat Noir Orange

Flocons d'avoine, graines (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), amandes, noisettes, chocolat noir (70% cacao), jus d'oranges, cacao. Orange déshydratée.

# TOPPINGS SALÉS SANS GLUTEN



## RECETTES SAISONNIÈRES

Flocons d'avoines certifiés sans gluten

### LE BROCOLI DÉGUISE

Brocoli Poivre de Timur

Flocons d'avoine, graines, (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), amandes, brocoli, poivre de Timur. Brocoli déshydraté.

### ÇA ME BOTTE

Carottes Herbes de Provence

Flocons d'avoine, graines, (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), amandes, carotte, herbes de Provence. Carotte déshydratée.

### LA VIE EN ROSE

Betterave Baies Roses

Flocons d'avoine, graines, (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), betterave, amandes, Baies roses. Betterave déshydratée.

### TERRE ORANGE

Patate douce Curcuma

Flocons d'avoine, graines, (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), noisettes, patate douce, curcuma. Patate douce déshydratée.

### FENOUIL AGRUM'

Fenouil orange

Flocons d'avoine, graines, (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), amandes, jus d'orange, fenouil. Orange déshydratée.

## RECETTES D'ÉTÉ

### ANDALOU

Tomate poivron paprika fumée

Flocons d'avoine, graine, (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), amandes, tomates, poivron, épices cajun. Poivron déshydraté.

### LA PROVENCE

Légumes ratatouille thym romarin

Flocons d'avoine, graines, (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), tomates, courgettes, aubergines, poivrons, thym, romarin. Tomates, courgettes, aubergines, poivrons déshydratés.

## RECETTE D'HIVER

### COURGE TOUJOURS

Potimarron curry

Flocons d'avoine, graines, (tournesol, courge, amarante soufflée, sésame), potimarron, amandes, curry. Potimarron déshydraté.

# MUESLIS



# MUESLIS SANS GLUTEN



## VERSION 1

## VERSION 2

Flocons d'avoines et corn flakes certifiés sans gluten

Nos Mueslis sont proposés en deux versions :

- Version 1 : Flocons d'avoine crus sans sucre ajouté
- Version 2 : Croq'muesli (flocons d'avoine, amarante soufflée, sucres)

### LE CLASSIQUE

Flocon d'avoine, pétale de maïs, noix de coco, raisins secs, pépites de chocolat, noisettes caramélisées.

### FRUITS

Flocon d'avoine, pétale de maïs, baie de goji, raisins secs, canneberge, noix de coco

### LE CLASSIQUE

Croq'muesli, pétale de maïs, noix de coco, raisins secs, pépites de chocolat, noisettes caramélisées.

### FRUITS

Croq'muesli, pétale de maïs, baie de goji, raisins secs, canneberge, noix de coco

### CHOCOLAT

Flocon d'avoine, pétale de maïs, chunk de chocolat noir, amandes.

### L'ORIENTAL

Flocon d'avoine, pétale de maïs, pistaches, dates, amandes effilées.

### CHOCOLAT

Croq'muesli, pétale de maïs, chunk de chocolat noir, amandes, amandes effilées.

### L'ORIENTAL

Croq'muesli, pétale de maïs, pistaches, dates, amandes effilées.

# AUTRES PRODUITS



## AUTRES PRODUITS



### AVOINE SANS GLUTEN

Flocons d'avoines certifiés sans gluten

### GROS FLOCONS D'AVOINE

Gros flocons d'avoine cru certifiés sans gluten.

### PETITS FLOCONS D'AVOINE

Petits flocons d'avoine certifiés sans gluten.



### GRAINES

### GRAINES DE COURGES

Graines de courge vert foncé.

### GRAINES DE CHIA

Graines de chia.

### MÉLANGE DE GRAINES

Tournesol, courge, sésame, lin brun, chia.

## CONDITIONNEMENT

Pas de conditionnement minimum. Conditionné par sac kraft de 1kg ou sac en plastique suivant le poids et vos envies.



MANGE TES GRAINES

[mangetesgraines.fr](https://mangetesgraines.fr)

Suivez nous sur :



5r rue henri spark, 77400 saint thibault des vignes, bat.6 FRANCE

06 60 43 38 19 - [corinne@mangetesgraines.fr](mailto:corinne@mangetesgraines.fr)

SIREN : 831722012 / SIRET : 83172201200034