

# GRAINS D'ICI

NATURELLEMENT BON



## TRAITEUR LOCAL ET BIO

Cuisine de saison  
éco-responsable  
100% fait-maison



CATALOGUE PRINTEMPS 2023 - TARIFS PARTICULIERS



# Grains d'Ici

Un traiteur pas comme les autres

Initialement café et épicerie de terroir, Grains d'Ici a développé en 2017 une activité de traiteur soutenue par les collectivités locales et le programme de développement européen LEADER.

A travers ses différentes activités, la structure défend une économie de proximité et de juste rémunération des producteurs. Elle défend également une agriculture respectueuse de l'environnement et de l'éthique animale.

Cuisinière passionnée depuis toujours et animatrice d'ateliers de cuisine bio, Noémie, avec le soutien de son équipe, recherche une cuisine et des saveurs à la croisée des chemins. Elle allie le terroir, la cuisine du monde, la cuisine végétale et tous les ingrédients originaux de la cuisine biologique.

Chez Grains d'Ici, la cuisine est entièrement faite maison! Les produits sont frais, sélectionnés avec rigueur et évidemment de saison!

- Cuisine inspirée, de saison et faite maison
  - Produits locaux et/ou biologiques
- Approvisionnement en direct producteurs
  - Engagement environnemental



# Sommaire

---

- 4 Nos formules sur le pouce
- 6 Nos brunchs
- 10 Nos repas familiaux
- 12 Nos plateaux repas à partager
- 16 Nos buffets servis
- 21 Les options
- 24 Nos producteurs
- 25 Nos matières premières  
Les préparations non consommées



# Sur le pouce \*

\* Ces menus vous sont proposés en sacs et contenants individuels accompagnés systématiquement de pain, couverts et serviettes.

La livraison est offerte dans un périmètre de 10 km autour d'Olonzac.

Au-delà, elle est facturable en supplément.

Ces menus sont réalisables pour un minimum de 20 convives.





## Sur le pouce

Tarifs hors livraison

### PIQUE-NIQUE DU TERROIR

À partir de 14€ TTC <sup>1</sup>

- \* Salade de quinoa, lentilles, feta, menthe et jeunes pousses
- \* Assortiment de charcuteries artisanales de la maison Icher
- \* Écusson de chèvre fermier de Combebelle, miel de pays
- \* Pain biologique artisanal au levain
  
- \* Muffin croustillant pomme-carotte et noisette

### DÉJEUNER SUR LE POUCE

À partir de 16€ TTC <sup>1</sup>

- \* Salade caesar au poulet fermier pané, copeaux de parmesan, éclats de cacahuète
- \* Tarte courgettes, chèvre et pignons de pin
  
- \* Clafoutis de poires épicé

### SANDWICH ET COMPAGNIE

À partir de 11€ TTC <sup>1</sup>

- \* Sandwich jambon de pays de la maison Icher et tomme crémeuse de la Montagne noire
  
- \* Tarte aux pommes, caramel au beurre salé et noisettes

<sup>1</sup> Tarif indicatif par personne dès 20 convives.  
Emballages, serviettes et couverts jetables inclus.



# Nos brunchs \*

\* Ces formules brunchs vous sont proposées pour vos réunions amicales et familiales.

Elles peuvent être livrées, dressées et servies selon vos envies.

La livraison est offerte dans un périmètre de 10km autour d'Olonzac.

Le dressage et le service sont des options facturables en supplément.

Prestations réalisables pour un minimum de 20 personnes.



# Brunchs

Tarif hors livraison

## BRUNCH TRADITION FRANÇAISE

À partir de 28 € TTC <sup>1</sup>

### Boissons (en option)

- \* Eau minérale plate et gazeuse
- \* Jus de fruits locaux du Somail et jus d'orange biologique
- \* Café, thé ou infusion biologiques et équitables

### Côté sucré

- \* Pain frais (baguettes et miches de l'Atelier Pascal)
- \* Beurre doux et demi sel biologiques
- \* Confitures artisanales locales de Tartines et Friandises
- \* Miel de garrigue et de montagne de Pouzols-Minervois
- \* Viennoiseries de l'Atelier Pascal (chocolatines et croissants)
- \* Corbeille de fruits frais de saison  
(pomme, poire, agrumes, fraises, cerises...)

### Côté salé

- \* Salade de pommes de terre à la moutarde à l'ancienne
- \* Mesclun aux fraises, cranberries, sauce tahini sésame citron
- \* Tarte aux oignons caramélisés façon pissaladière
- \* Tarte courgettes, chèvre et pignons de pin
- \* Assortiment de grillades de la maison Icher (saucisse nature, champignons, herbes, piment d'Espelette, poitrine aromatisée et poulet mariné)
- \* Plateau de fromages locaux et fermiers au lait cru

<sup>1</sup> Tarif indicatif par personne dès 20 convives.  
Vaisselle et serviettes jetables incluses.



# Brunchs

Tarif hors livraison

## BRUNCH TRANSATLANTIQUE

À partir de 30 € TTC <sup>1</sup>

### Boissons (en option)

- \* Eau minérale plate et gazeuse
- \* Café biologique et équitable
- \* Thés noirs et verts biologiques et équitables
- \* Lait frais cru biologique
- \* Jus d'orange pressé frais biologique

### Côté healthy

- \* Yaourt brassé de brebis bio ou fromage blanc au lait cru bio
- \* Granola épicié au gingembre confit et noisettes concassées
- \* Salade de fruits frais locaux

### Côté tea-time

- \* Pancakes et sirop d'érable
- \* Pain anglais
- \* Beurre et marmelade à l'orange
- \* Gros cookies double noix et chocolat
- \* Carrot cake, glaçage ricotta et mascarpone à la vanille

### Côté salé

- \* Jambon au torchon de la maison Icher
- \* Jambon de pays de la maison Icher
- \* Plateau de fromages locaux et fermiers au lait cru

<sup>1</sup> Tarif indicatif par personne dès 20 convives.  
Vaisselle et serviettes jetables incluses.





# Brunchs

Tarif hors livraison

## BRUNCH MÉDITERRANÉEN

À partir de 35 € TTC <sup>1</sup>

### Boissons (en option)

- \* Eau en carafe
- \* Café biologique et équitable
- \* Café libanais à la cardamome
- \* Thé vert à la menthe à l'orientale
- \* Citronnade maison

### Côté Boulange

- \* Brioche maison à la fleur d'oranger
- \* Pain plat oriental
- \* Assortiment de pâtisseries orientales

### Côté Crèmerie

- \* Mel i mato (petites faisselles de chèvre, miel et fleur d'oranger)
- \* Labné (yaourt de brebis égoutté et épicé façon fromage caillé)

### Côté Mezzés, Antipastis et Tapas

- \* Artichauts marinés au basilic
- \* Tomates séchées à l'huile d'olive
- \* Légumes de saison grillés épicés
- \* Boquerones à la catalane (anchois frais et marinés)
- \* Tapenade aux olives vertes
- \* Houmous classique à la purée de sésame
- \* Pan amb tomaquèt (pain frotté à l'ail et à la tomate)
- \* Salade de boulgour au citron confit et olives vertes
- \* Salade de pois chiches, cumin et coriandre à l'orientale

<sup>1</sup> Tarif indicatif par personne dès 20 convives.  
Vaisselle et serviettes jetables incluses.



# Nos repas familiaux \*

\* Ces formules repas vous sont proposées pour vos réunions amicales et familiales. Elles peuvent être livrées, dressées et servies selon vos envies.

La livraison est offerte dans un périmètre de 10km autour d'Olonzac.

Le dressage et le service sont des options facturables en supplément.

Prestations réalisables pour un minimum de 20 personnes.



# Repas familiaux

Tarifs hors livraison

## FORMULE PLATS À PARTAGER

À partir de 23€ TTC <sup>1</sup>

- \* Velouté courgette, chèvre et basilic
- \* Salade de boulgour au citron confit
- \* Coleslaw carotte, betterave, vinaigrette épicée
- \* Salaisons de la maison Icher
- \* Fromages locaux et fermiers
- \* Moelleux au chocolat 72 % de cacao, crème anglaise à la fève tonka

**OU** À partir de 29€ TTC <sup>1</sup>

- \* Velouté glacé de petits pois à la menthe
- \* Salade de lentilles aux patates douces rôties, feta et cumin
- \* Tarte aux olives et artichauts grillés
- \* Tarte fine aux asperges, chèvre frais et noisettes
- \* Assortiment de salaisons et charcuteries de la maison Icher
- \* Tiramisu fraise et rhubarbe
- \* Fondant au chocolat, noisettes et fleur d'oranger façon torta caprese

<sup>1</sup> Tarif indicatif par personne dès 40 convives



# Nos plateaux à partager\*

\* Ces menus sont des cocktails fournis en plateaux prêts à dresser sur table. La livraison est offerte dans un périmètre de 10km autour d'Olonzac. Ces menus sont réalisables pour un minimum de 20 personnes.



## Buffets apéritifs livrés

Plateaux à partager

Tarif hors livraison

### TOAST DE TERROIR

À partir de 15€ TTC - 6 portions individuelles <sup>1</sup>

- \* Panier de crudités de saison et ses sauces
- \* Sélection de charcuteries artisanales de la maison Icher
- \* Muffin aux poireaux, tomme de brebis et noisettes concassés
- \* Tartelette aux oignons caramélisés façon pissaladières
- \* Petit club sandwich au jambon de pays et tomates séchées
- \* Assortiment de fromages locaux

### Nos portions

Copieuses et gourmandes, elles pèsent chacune entre 20 à 50g.  
Plusieurs unités de produits peuvent constituer ce que nous nommons "une portion".

Soyez rassurés par les quantités fournies et informez-nous de votre intention : grignotage, repas léger, repas copieux...

Nous adapterons!

<sup>1</sup> Tarif indicatif par personne dès 40 convives  
Vaisselle et serviettes jetables incluses

Nos menus évoluent à chaque saison. Découvrez-les sur [www.grainsdici.fr](http://www.grainsdici.fr)



## Buffets apéritifs livrés

Plateaux à partager

Tarifs hors livraison

### COULEURS DE PRINTEMPS

À partir de 15€ TTC - 6 portions individuelles <sup>1</sup>

- \* Cappuccino de courgette, ricotta au basilic et chips de jambon
- \* Sélection de charcuteries artisanales de la maison Icher
- \* Muffin au comté AOP 18 mois et graines de moutarde
- \* Tartelette poireau, chèvre fermier, curry et noisettes
- \* Club sandwich truite fumée, fromage frais aux agrumes et aneth
- \* Assortiment de fromages locaux

### LES PETITS PLATS DANS LES GRANDS

À partir de 22€ TTC - 6 portions individuelles <sup>1</sup>

- \* Mesclun aux fraises, cranberries, sauce tahini sésame citron
- \* Velouté de petits pois frais et menthe
- \* Tartelettes asperges, moutarde et parmesan
- \* Cupcake courgettes pesto, chantilly de chèvre
- \* Toasts noisette-cumin, dip de carottes rôties à la cacahuète
- \* Burgers poulet, crème provençale et concombre

<sup>1</sup> Tarif indicatif par personne dès 40 convives  
Vaisselle et serviettes jetables incluses

Nos menus évoluent à chaque saison. Découvrez-les sur [www.grainsdici.fr](http://www.grainsdici.fr)



# Buffets repas livrés

Plateaux à partager

Tarifs hors livraison

## DÉJEUNER LÉGER

À partir de 23€ TTC - 9 portions individuelles <sup>1</sup>

- \* Salade de lentilles, quinoa, feta, menthe et jeunes pousses
- \* Assortiment de charcuteries artisanales de la maison Icher
- \* Tartelettes poireau, chèvre fermier, curry et noisette
- \* Muffins comté AOP 18 mois et graines de moutarde
- \* Club sandwich truite fumée, aneth et yuzu
- \* Assortiment de fromages locaux et artisanaux
- \* Mousse au chocolat noir 72 % de cacao
- \* Muffins croustillants pomme-carottes et noisettes

## REPAS DEBOUT

À partir de 27€ TTC - 12 portions individuelles <sup>1</sup>

- \* Mesclun aux fraises, cramberries, sauce tahini sésame citron
- \* Cappuccino de courgettes, chantilly à la ricotta, chips de jambon
- \* Tartelettes asperge, moutarde et parmesan
- \* Muffins roquette, amande et tomme de chèvre
- \* Sélection de charcuteries artisanales de la maison Icher
- \* Burger confit pomme-oignon, magret fumé, tomme de brebis
- \* Plateau de fromages locaux et artisanaux
- \* Moelleux à l'anis, amande et citron à la catalane
- \* Crumble pomme-cannelle aux flocons d'avoine
- \* Mousse citron et mascarpone

<sup>1</sup> Tarif indicatif par personne dès 40 convives  
Vaisselle et serviettes jetables incluses

A buffet table is shown with a variety of food items. In the foreground, there are several small round appetizers, some topped with orange segments, and two glass bowls containing dips or sauces. Behind them, there are larger bread-based items, possibly focaccia or pizza, and more small round dishes. In the background, a wooden tray holds a large loaf of bread, and another tray contains numerous small white cups, likely containing a dip or sauce. The table is covered with a white tablecloth, and there are stacks of white napkins and brown paper napkins visible.

# Nos buffets servis\*

\* Ces menus sont proposés exclusivement avec le service. Ils contiennent des préparations qui nécessitent une remise en température, un dressage et des décorations de dernière minute.

Les frais de transport sont offerts dans un périmètre de 10km autour d'Olonzac.

Prestations réalisables dès 25 convives.





## Buffets apéritifs servis

6 variétés salées

### DANS LES GARRIGUES

À partir de 18€ TTC <sup>1</sup> - 6 portions individuelles

- \* Plateau de crudités de saison, sauce yaourt et coriandre
- \* Sélection de charcuteries artisanales de la maison Icher
- \* Tartelette aux oignons caramélisés façon pissaladières
- \* Muffin aux poireaux, tomme de brebis et noisettes
- \* Club jambon de pays et tomates séchées
- \* Sélection de fromages locaux et artisanaux

### SUR LES PLAINES

À partir de 23€ TTC <sup>1</sup> - 6 portions individuelles

- \* Toast de polenta, champignons snackés éclats de noisettes
- \* Cappuccino de fenouil et truite fumée des Pyrénées
- \* Muffin courgette, chèvre et menthe
- \* Clafoutis asperge et parmesan
- \* Club poulet fermier, pesto et carotte grillée
- \* Crostinis fromage frais, légumes de printemps

<sup>1</sup> Tarif indicatif par personne dès 40 convives / Service inclus / Vaisselle jetable incluse.

Nos menus évoluent à chaque saison. Découvrez-les sur [www.grainsdici.fr](http://www.grainsdici.fr)



## Cocktails dinatoires

8 variétés  
(6 salées et 2 sucrées)

Apéritif amélioré : 8 pièces  
Cocktail taille repas : 12 pièces

### SOLEIL DE MÉDITERRANÉE

À partir de 24€ TTC <sup>1</sup> - 8 portions individuelles

À partir de 33€ TTC <sup>1</sup> - 12 portions individuelles

- \* Salade aux artichauts, mozzarella de bufflone, citron confit et aromates
- \* Velouté de petits pois à la menthe
- \* Tartelettes asperge et brousse de brebis
- \* Muffins roquette, amande et tomme de chèvre
- \* Croque chaud jambon, tomates séchées, tomme crémeuse, roquette
- \* Plateau de fromages locaux et artisanaux
- \* Crèmes brûlées à la bergamote
- \* Moelleux noisette grillées, praliné intense, éclats croquants

### UN AIR DE VOYAGE

À partir de 30€ TTC <sup>1</sup> - 8 portions individuelles

À partir de 40€ TTC <sup>1</sup> - 12 portions individuelles

- \* Salade thaï croquante au quinoa, chou rouge, carotte et cacahuète
- \* Tartare de daurade au lait de coco et citron vert comme à Tahiti
- \* Clubs sandwiches au haddock fumé, pomme et crème ciboulette
- \* Bricks croustillantes épinards et feta façon spanakopita
- \* Pots de pâtes sautées aux légumes croquants façon pasta primavera
- \* Petites bouchées de poulet à la cacahuète façon satay
- \* Soupe de fraise à l'eau de rose
- \* Fondant chocolat, noisette et fleur d'oranger façon torta caprese



<sup>1</sup> Tarif indicatif par personne dès 40 convives  
Service inclus / Vaisselle jetable incluse.



## Buffets repas

10 variétés  
(7 salées et 3 sucrées)

### PARFUM DE LA TERRE

À partir de 35€ TTC <sup>1</sup> - 12 portions individuelles

- \* Taboulé de printemps aux asperges et vinaigrette d'agrumes
- \* Muffins poireaux, tomme de brebis et noisette
- \* Assortiment de charcuteries artisanales de la maison Icher
- \* Croque épinards, moutarde, tomme de brebis et oignons grillés
- \* Clafoutis asperges et parmesan
- \* Mini burger jambon au torchon, confit d'oignon et tomme crémeuse
- \* Plateau de fromages locaux et artisanaux
- \* Tartelettes au citron et à la bergamote
- \* Carrot cake aux noix, nappage ricotta et mascarpone
- \* Mousse au chocolat noir 72 % et à l'amande amère

### ELÉGANCE DE PRINTEMPS

À partir de 41€ TTC <sup>1</sup> - 12 portions individuelles

- \* Salade de quinoa, feta et fèves, vinaigrette à la bergamote
- \* Cappuccino d'asperges, chantilly de ricotta au citron confit
- \* Toasts de seigle, crème de noix et magret fumé
- \* Gravlax de truite, perles de citron, croûtons briochés, crème à l'aneth
- \* Croque chèvre, oignons caramélisés et rhubarbe
- \* Petites marmites du pêcheur lotte et basilic
- \* Mini burger poulet fermier, crème à la provençale et concombre
- \* Clafoutis de poires épicées et fève tonka
- \* Tartelettes au chocolat noir et à la cerise
- \* Mini tiramisu fraise et verveine

<sup>1</sup> Tarif indicatif par personne dès 40 convives.  
Service inclus / Vaisselle jetable incluse.



## Buffet festif

14 variétés  
(11 salées et 3 sucrées)

### **BUFFET FESTIF**

À partir de 55€ TTC <sup>1</sup>

#### **Salades**

- \* Salade de boulgour au citron confit et olives vertes
- \* Carpaccio de courgettes, copeaux de parmesan et fleurs séchées
- \* Mesclun aux fraises, cebettes, cramberries, sauce tahini sésame et citron

#### **Tartes**

- \* Tarte fine aux asperges chèvre et noisettes
- \* Tarte aux olives et artichauts et artichauts grillés

#### **Charcuteries**

- \* Terrines, jambon de pays et au torchon, saucissons

#### **Espace chaud**

- \* Bricks croustillantes épinards et feta façon spanakopita
- \* Croquettes de petits pois à la menthe
- \* Croque chèvre-oignons caramélisés et rhubarbe
- \* Carottes rôties au miel, sauce au yaourt et tahini

#### **Fromages**

- \* Fromages locaux et artisanaux (5 variétés)
- \* Pains spéciaux biologiques au levain

#### **Desserts**

- \* Soupe de fraise à la verveine
- \* Moelleux au chocolat 72% de cacao, crème anglaise à la fève tonka
- \* Tiramisu classicó au café

<sup>1</sup> Tarif indicatif par personne dès 50 convives.  
Service inclus / Vaisselle jetable incluse.

# Les options





# Boissons

Pour vos événements,  
nous vous proposons  
plusieurs options de boissons

## SANS ALCOOL

Forfait à 3€ TTC <sup>1</sup>

- \* Eaux minérales gazeuses et non gazeuses
- \* Thé glacé ou citronnade maison
- \* Jus de fruits locaux et/ou bio

## VINS LOCAUX

Forfait à 3,50€ TTC <sup>1</sup>

- \* Vins AOC Minervois et Pays d'Oc  
(3 couleurs blanc, rosé, rouge)

## VINS ET APÉRITIFS

Forfait à 6,50€ TTC <sup>1</sup>

- \* Muscat de St-Jean-de-Minervois
- \* Baies de Ste-Lucie, apéritif languedocien
- \* Vins AOC Minervois et Pays d'Oc
- \* Boissons du forfait sans alcool

## HAUT DE GAMME

Forfait à 9€ TTC <sup>1</sup>

- \* Muscat de St-Jean-de-Minervois et baies de Ste Lucie
- \* Vins AOC Minervois haut de gamme
- \* Boissons du forfait sans alcool

## AMBIANCE FESTIVE

Forfait de 7€ à 10€ TTC service et verres inclus

Vous célébrez un événement qui vous tient à cœur ?

Pourquoi ne pas miser sur les cocktails ?

Avec ou sans alcool, ils créeront la surprise.

Demandez nous la carte de nos cocktails, nous en avons une large gamme!

### Sélection de vin

Nous travaillons avec des domaines vignerons, tous issus du Minervois.

Leur production est naturellement respectueuse de l'environnement, engagée en bio, biodynamie, naturoculture etc...  
Demandez-nous conseil et créons votre proposition sur-mesure.

<sup>1</sup> Tarif indicatif par personne, verre inclus



## Autres options

À rajouter à vos menus

### CAFÉ

Forfait à 2€ TTC <sup>1</sup>

- \* Café biologique de torréfaction locale
- \* Mise à disposition d'un percolateur ou d'une machine à café expresso

### CAFÉ ET THÉ

Forfait à 3€ TTC <sup>1</sup>

- \* Café biologique de torréfaction locale
- \* Thé et infusions biologiques et issus du commerce équitable
- \* Mise à disposition d'un percolateur, d'une machine à café, thermos et bouilloire

### VAISSELLE LAVABLE ET ZÉRO DÉCHET

La vaisselle utilisée sur nos prestations est en majorité jetable (hors verres). Nous privilégions l'utilisation de matières organiques compostables (pulpe de canne, bois, carton) ou de plastiques recyclables de qualité (lavables une vingtaine de fois avant recyclage).

L'aspect de la vaisselle est élégant et se prête aux événements simples comme plus haut de gamme.

Toutefois, si votre envie est d'utiliser une vaisselle en "dur" afin de limiter les déchets, nous travaillons avec des loueurs professionnels et pourrons faire établir un devis sur demande.

Il en va de même pour les nappes et les serviettes !

### OPTIONS DE SERVICE

Le tarif du service est inclus dans nos buffets servis dès 40 convives. En dessous, nous vous conseillons d'opter pour la livraison. Toutefois, si vous souhaitez bénéficier du service, une prestation complémentaire peut vous être proposée.

Si vous souhaitez une animation particulière (barman, ateliers plancha etc...), nous pouvons vous proposer ce service.

Demandez nous un devis.

<sup>1</sup> Tarif indicatif par personne, gobelets, sucre et touillettes inclus



# Nos Producteurs

La cuisine de Grains d'Ici n'aurait pas de sens sans le travail appliqué et passionné de nos producteurs. Ce sont nos collaborateurs directs qui permettent les saveurs et la fraîcheur de votre buffet !

- \* **Moulin de Pomairol**, farines biologiques sur meule de pierre
- \* **Stéphane : Le Pain Levain**, pain biologique au levain
- \* **Pascal : L'Atelier Pascal**, viennoiseries maison et baguettes au levain
- \* **Vanessa et Bruno : Les Jardins d'Olonzac**, maraîchage biologique
- \* **Valérie et David : Jardins de Valérie**, maraîchage biologique et petits fruits
- \* **Damien Onorrée**, asperges en agriculture raisonnée
- \* **Perez Fruits et Légumes**, fruits en agriculture raisonnée
- \* **Adrien : Ferme d'Empare**, œufs et poulet fermier
- \* **Romain et Denis : maison Icher & fils**, charcuteries, salaisons et viandes locales
- \* **Clément : Pisciculture des Uguettes**, truite et produits dérivés
- \* **Anne et Heiner : Chèvrerie de Combebelle**, fromages de chèvre au lait cru
- \* **Mélissa : Ferme des Bouquets**, fromages de chèvre biologiques au lait cru
- \* **Marie et Sébastien : Ferme du Rodier**, fromages de vache au lait cru biologiques
- \* **Alexandra et Edouardo : Antonini&Co**, glaces et mozzarella des Corbières au lait de bufflonne biologique
- \* **Pierre Miquel**, huiles et olives biologiques
- \* **Famille Pradalier**, huile de noix et noisettes extraites à froid à la meule de pierre
- \* **Guillaume : Flore en thym**, thym et aromates biologiques
- \* **Philippe Keller**, crème de marron biologique
- \* **Marion : Tartines & friandises**, condiments à base de plantes sauvages
- \* **Eric Lasserre et David Bernard**, miel de pays
- \* **Jus du Somail**, jus de fruits locaux

**Important :** Le nom de nos producteurs est affiché et encadré sur tous nos buffets en compagnie des menus. Nous disposons également nos plaquettes traiteur qui expliquent notre démarche ! Nous sommes engagés et c'est essentiel pour nous de le montrer!





# Nos Matières premières

Nos buffets sont composés à 90% de produits bio et locaux.

Nos matières brutes utilisées au quotidien sont :

- \* Farine biologique broyée sur meule de pierre
- \* Huile de tournesol, colza et olive, biologiques et locales (bioplanète)
- \* Huile de noix et noisette artisanales broyée sur meule de pierre familiale
- \* Beurre biologique
- \* Sel marin non traité
- \* Sucre de canne blond biologique
- \* Chocolat biologique et équitable de qualité couverture Kaoka
- \* Condiments (jus de citron, olives, moutarde) biologiques
- \* Oeufs de plein-air de qualité biologique (sans label AB)
- \* Viandes et charcuteries locales et artisanales (poulet, porc et canard)
- \* Truite locale et artisanale, fraîche et fumée
- \* Fromages locaux et biologiques (pour la majorité)
- \* Légumes locaux et biologiques (hors asperges en agriculture raisonnée)
- \* Fruits biologiques ou locaux (agriculture raisonnée)
- \* Oléagineux et graines biologiques
- \* Aide à la pâtisserie (levure, agar-agar, extraits d'amande, huiles essentielles) biologiques

## *Les préparations non consommées*

Chez Grains d'Ici, rien ne se perd !

Les préparations non consommées sont proposées en priorité à nos clients sous forme d'assiettes ou de plateaux à emporter ou sont distribuées à nos équipes ou notre entourage.

Notre cuisine est entièrement « fait-main », avec cœur et il est donc impensable pour nous que notre travail finisse à la poubelle.





# Grains d'Ici

Notre bureau :  
La Roueyre - 11 120 Bize-Minervois

Notre cuisine :  
2 avenue d'Homps - 34 210 Olonzac

04.68.27.68.05  
contact@grainsdici.fr  
www.grainsdici.fr

Siret : 80259594200037



CATALOGUE PRINTEMPS 2023 - TARIFS PARTICULIERS

Conception graphique : Grains d'Ici

Toutes les photos de ce catalogue ont été réalisées lors de nos prestations.