

Délicieusement Bio
Artisan Boulanger



Délicieusement Bio propose une gamme de boulangerie **bio** artisanale.

Dans notre fournil à Miramas-le-Vieux, nous façonnons nos pains à la main, sur **levain naturel**.

Selon les techniques anciennes de fabrication, nous avons choisi de travailler sur une longue fermentation de 24 à 48 heures qui permet la dégradation du gluten et une meilleure assimilation et digestion des sucres lents.

Nous travaillons avec des producteurs locaux comme les farines du Moulin Saint-Joseph à Grans, le blé d'Apt, les œufs de Cornillon-Confoux, le sel de Camargue, l'huile d'olive des Alpilles, etc.

Notre gamme se compose d'une vingtaine de produits : du sucré au salé en passant par les pains sans gluten.



Mercredi

Marché de Salon-de-Provence

Jeudi

Marché de Miramas

Vendredi

Marché de Lambesc

Samedi

Marché de Saint-Chamas

Marché d'Apt

Dimanche

Marché de Pelissanne

Tous nos produits sont
exclusivement en vente sur
les marchés de Provence.

Pour nous retrouver,
il suffit de chercher
les **chapeaux verts**



Nos pains



Pain à l'ancienne

- Farine Tradibio
- Format baguette de 400 g
- Croûte croustillante
- Mie légère et alvéolée, de couleur crème

Accompagnement : salade, crudités, fromage à pâte molle, œuf au plat, poisson

✂ 1 coup de lame

Pain de campagne

- Farine Tradibio et farine de seigle
- Croûte croustillante
- Mie alvéolée de couleur crème
- Pain rond

Accompagnement : charcuterie, terrine, foie gras, viande rouge, gibier, fromage, salade, soupe

♥ L'autre pain préféré du boulanger !

✂ Coup de lame en spirale





Pain aux céréales

- Farine Tradibio avec un mélange de multicéréales
- Croûte croustillante
- Mie légère et alvéolée, de couleur crème
- Céréales : riches en fibres, en protéines, en minéraux et magnésium

Accompagnement : viande blanche, salade, purée de légumes, fromage à pâte molle, chocolat noir

✂ 1 coup de lame

Pain au sésame

- Farine Tradibio et graines de sésame
- Croûte croustillante
- Mie légère et alvéolée, de couleur crème
- Sésame : riche en acides gras polyinsaturés qui assurent une bonne santé cardio-vasculaire

Accompagnement : viande blanche, salade, purée de légumes, fromage à pâte molle, chocolat noir

✂ 1 coup de lame





Pain au lin

- Farine Tradition et graines de lin
- Pain souple
- Mie légère et alvéolée, de couleur crème
 - Lin : sans gluten, riche en oméga-3 et en acides gras polyinsaturés qui réduisent le taux de cholestérol

Accompagnement : viande blanche, salade, crudité, fromage, charcuterie

✂ 3 coups de lame

Pain au maïs

- Farine Tradibio et farine de maïs
- Croûte croustillante
- Mie légère et alvéolée, de couleur jaune
- Maïs : riche en protéines, minéraux et vitamines

Accompagnement : charcuterie, salade, plats salés

✂ 1 coup de lame





Pain à la châtaigne

- Farine de châtaigne et farine Tradibio
- Pain souple
- Mie serrée, de couleur marron glacé
- Riche en fibres, acides aminés (oméga 3 et 6), minéraux, phosphore, vitamine B et potassium

Accompagnement : petit-déjeuner, viande blanche, foie gras.

✂ Aspect moulé

Pain aux noix

- Farine Tradibio et noix
- Croûte croustillante
- Mie de couleur grise
- Noix : riche en antioxydants, lipides et acides gras polyinsaturés (oméga-3)
Alliée d'une bonne santé cardiovasculaire et d'une bonne circulation sanguine.

Accompagnement : fromage à pâte molle, roquefort, salade, chocolat noir

♥ La dernière nouveauté !

✂ 1 coup de lame





Ciabatta

- Farine Tradibio et huile d'olive
- Pain très moelleux d'origine italienne
- Forme ovale et plate
- Mie légère et alvéolée

Accompagnement : tapas, entrée, salade, fromage frais ou peut être garni comme un pain à sandwich type pan-bagna

✂ 3 coups de lame

Pain aux olives

- Farine Tradibio agrémentée de 2 types d'olives noires
- Pain très moelleux
- Saveurs provençales : herbes de Provence et huile d'olive

Accompagnement : apéritif, tapas, entrée, salade, fromage frais, fromage de chèvre

♥ *Toute la Provence dans ce pain !*

✂ 1 coup de lame





Norvégien

- Farines de seigle et de grand épeautre semi-complète
- Mélange de céréales
- Pain brun foncé
- Riche en antioxydants, minéraux, acides gras essentiels, fibres et vitamines
- Longue conservation

Accompagnement : fruits de mer, huîtres, fromage, soupe

✘ Aspect moulé

Nos pains au son



Pain complet

- Farine complète
- Pain souple
- Mie couleur foncée
- Riche en fibres, minéraux, oligoéléments et vitamines
- Faible indice calorique
- Facilite le transit intestinal
- Recommandé pour les personnes sujettes au diabète

Accompagnement : fromage, salade, crudité, soupe

✂ 2 coups de lame

Meule T80

- Blé d'Apt : farine bise, semi-complète
- Graines et enveloppes du blé sont broyés entre 2 meules de pierre
- Mie couleur grise
- Plus aéré et léger que le pain complet
- Riche en acides aminés, vitamines E et magnésium
- Bon compromis entre le pain blanc et le pain complet

Accompagnement : fromage, salade, crudité, soupe

✂ 1 coup de lame



Nos pains aux farines anciennes



Petit Epeautre

- Farine de petit épeautre semi-complète
- Caviar des céréales : céréale ancienne et rare
- Faible taux de gluten
- Mie serrée, couleur jaunâtre
- Arrière-goût de noix
- Contient les 8 acides aminés essentiels
- Riche en phosphore et en calcium

♥ Le caviar des céréales !

✘ Aspect moulé

Grand Epeautre

- Farine de Grand Epeautre semi-complète
- Croûte croustillante
- Mie alvéolée et aérée, couleur crème foncé
- Riche en minéraux et en acides aminés
- Riche en magnésium : l'aliment anti-stress par excellence
- Plus riche en vitamines, en protéines et en fibres que le blé

♥ Le pain préféré du boulanger !

✘ Lamage polka





Kamut ®

- Farine de Khorasan
- Mie serrée, couleur brune
- Faible taux de gluten
- Riche en protéines, en acides gras insaturés et en acides aminés
 - Riche en antioxydants pour lutter contre les maladies cardio-vasculaires
 - Arrière-goût de noisette

✘ 2 coups de lame

Nos pains sans gluten



Riz, sarrasin et maïs

- Sans farine de blé
- Sans levain
- Mie dense et rassasiante
- Farine de sarrasin : riche en vitamines, minéraux et antioxydants. Excellente pour la circulation sanguine
- Goût prédominé par le sarrasin

✘ Aspect moulé

Pois chiche, sarrasin et maïs

- Sans farine de blé
- Sans levain
- Mie dense et rassasiante
- Pois chiche : riche en fibres, vitamines, minéraux, protéines et lipides. Recommandé contre le mauvais cholestérol et le diabète.
- Goût prédominé par le pois chiche

✘ Aspect moulé



Nos délices sucrés



Brioche Grand-Mère

- Farine Tradibio
- Sans levain
- Choix : avec ou sans sucre décor
- Longue conservation

Accompagnement : petit-déjeuner, goûter, dessert, foie gras



*Du miel, du beurre, des œufs
et beaucoup d'amour !*



Aspect moulé

Pain d'Autrefois

- Blé d'Apt (farine bise meulée sur meule de pierre)
- Miel, noisettes et raisins
- Croûte foncée par la caramélisation du miel
- Pain rond

Accompagnement : petit-déjeuner, foie gras, fromage à pâte molle, fromage de chèvre



 Lamage en carré



Norvégien aux fruits

- Pain noir : farines de seigle et de grand épeautre
- Mélange de graines torréfiées au sirop de malt
- Figues, cranberries et abricots
- Riche en protéines et en fibres
- Longue conservation

Accompagnement : petit-déjeuner, foie gras, fromage à pâte molle

♥ *Le pain des sportifs gourmands !*

✂ Aspect moulé

Flûte au chocolat

- Farine Tradibio
- Pépites de chocolat
- Pain moelleux

Accompagnement : petit-déjeuner, goûter, dessert

♥ *L'instant gourmandise !*

✂ 1 coup de lame



TARIFS 2017

	Prix Pièce	<i>Poids en gramme</i>	<i>Prix au Kg</i>
<u>PAINS :</u>			
Meule T 80 semi-complet	2,00 €	<i>400</i>	<i>5,00 €</i>
Complet	2,50 €	<i>400</i>	<i>6,25 €</i>
Grand épeautre	3,00 €	<i>400</i>	<i>7,50 €</i>
Petit épeautre	4,00 €	<i>450</i>	<i>8,89 €</i>
Ancienne	1,80 €	<i>400</i>	<i>4,50 €</i>
Céréales	2,50 €	<i>400</i>	<i>6,25 €</i>
Lin	2,50 €	<i>400</i>	<i>6.25 €</i>
Sésame	2,50 €	<i>400</i>	<i>6,25 €</i>
Pain au maïs	2,50 €	<i>400</i>	<i>6,25 €</i>
Pain aux noix	3,00 €	<i>400</i>	<i>7,50 €</i>
Pain aux olives	2,00 €	<i>200</i>	<i>10,00 €</i>
Campagne	2,20 €	<i>400</i>	<i>5,50 €</i>
Ciabatta	2,00 €	<i>300</i>	<i>6,33 €</i>
Khorasan ou « Kamut »	3,00 €	<i>400</i>	<i>7,50 €</i>
Châtaigne	3,00 €	<i>400</i>	<i>7,50 €</i>
Norvégien	5,00 €	<i>600</i>	<i>9,23 €</i>
Pois-chiche, sarrasin, maïs	3,00 €	<i>350</i>	<i>8,57 €</i>
Riz, sarrasin, maïs	3,00 €	<i>350</i>	<i>8,57 €</i>
<u>SUCRÉ :</u>			
Brioche	4,00 €	<i>350</i>	<i>11,43 €</i>
Flûte au chocolat	2,00 €	<i>200</i>	<i>10,00 €</i>
Miel, noisettes, raisins	3,00 €	<i>400</i>	<i>7,50 €</i>
Norvégien aux fruits	6,00 €	<i>650</i>	<i>10,00 €</i>