

Elörn **Gel**

ZI de Keriell
29800 PLOUEDERN
Tél. 02 98 20 50 43

 **Deligel**
SARL

29530 LANDELEAU
Email : deligel@orange.fr

Olivier : 06 75 64 38 46 - Stéphane : 06 74 75 69 53
Olivier C. : 06 30 05 59 09 - Tanguy : 06 72 62 24 53

KERSAVEUR

 KERSAVEUR

56400 PLOUGOUMELLEN

Mickaël FORTIN Conseiller clientèle
Tél. 06 18 58 33 85 - Email : contact@kersaveur.fr

12 Steaks hachés 10% - Sachet de 1,5 kg

20€50
~~22€50~~
Le kg

SOIT
3€
D'ÉCONOMIE
AU SACHET

DU 04 SEPTEMBRE AU 15 OCTOBRE 2023

24€90
~~27€90~~
Le kg

SOIT
3€
D'ÉCONOMIE

www.gel29.com

NOS PRODUITS DE LA MER

LES FILETS DE POISSON

- 0104 **Filet de cabillaud sans arête - PROMO**
 100/200 g - Surgelé mer - Individuel
 Sachet de 1kg 27€90 24€90
- 0100 **Dos de merlu blanc du Cap**
 Surgelé mer individuel, sans arête
 Boîte de 1kg 21€20
- 0115 **Steak de thon**
Pêche Océan Indien
 Sachet de 1kg 29€80
- 0106 **Queue de lotte**
Arrivage du Guilvinec
 Sachet de 1kg 33€90



- 0403 **Sauce Beurre blanc**
 Beurre, crème, vinaigre de vin blanc, échalotes -
 12 cubes de 50g (13,16€/kg) - La boîte 7€90

- 0112 **Dos de cabillaud sans arête**
 5 portions - Surgelé mer - Individuel - Sachet cuisson
 Sachet de 800 g (32,90€/kg) 26€30
- 0108 **Cœur de filet de merlu blanc**
 100/110 g - Surgelé mer individuel, sans arête
 Boîte de 2kg - Le kg 18€90
- 0334 **Anneaux d'encornet**
(Calamar)
 Sachet de 1kg 21€90
- 0101 **Filet de merlan**
Arrivage du Guilvinec
 Sachet de 500g (23,80€/kg) 11€90
- 0120 **Aile de raie**
Arrivage du Guilvinec
 150/200 g - Individuelle, pelée et ébarbée
 Sachet de 1kg 21€50

- 0105 **Joue de lotte**
Arrivage du Guilvinec
 Sachet de 500 g (30€/kg) 15€00

Fish & Chips

17€50
 LE SACHET 18€00



LES SAUCES

- 0404 **Sauce Beurre citron**
 Beurre, vin blanc, échalote, vermouth, jus de citron
 12 cubes de 50 g (13,16€/kg) - La boîte 7€90
- 0407 **Sauce Grand Veneur**
 2x200g (19,75€/kg) - La boîte 7€90

- 0410 **Sauce oseille**
 Fumet de poisson, beurre, oseille, crème fraîche
 12 cubes de 50g (13,16€/kg) - La boîte 7€90
- 0405 **Sauce Poivre vert**
 Poivre vert, crème fraîche, oignon, cognac
 2x200g (19,75€/kg) - La boîte 7€90

NOIX DE SAINT-JACQUES

- 0300 **Noix de St-Jacques**
de la Baie de St-Brieuc
 30/40 au kg individuelle - Le sachet
 (74,00€/kg) 500g - Le sachet 37€00
- 0324 **Cocktail de fruits de mer royal**
 Noix de St-Jacques, crevettes,
 moules, encornets - Le kg 20€50

- 0302 **Petites Noix de St-Jacques Atlantique**
 80/100 au kg individuelle
 (39,93€/kg) 800g - Le sachet 31€95

POISSONS PANÉS

- 0201 **Filet de cabillaud pané - PROMO**
façon Fish & Chips
 Sans arête x750g (25,06€/kg) Le sachet 18€00 17€50
- 0202 **Filet de limande meunière**
 (22,38€/kg) Le sachet 800g 17€90

LE SAUMON

- 0134 **Saumon fumé d'Ecosse**
Fumaison à la ficelle
 Plaque 2x200g (60,50€/kg) - La boîte 24€20
- 0130 **Truite fumée de Bretagne - PROMO**
 Plaque 2x120g (66,25€/kg) - La boîte 15€90 14€50
- 0121 **Pavé de saumon sans peau**
 Sans arête - Sachet 1kg
 8 Portions de 125g env. - Le kg 36€00
- 0124 **Pavé de saumon avec peau - PROMO**
 Sans arête - Sachet 1kg
 8 Portions de 125g env. - Le kg 34€00 32€00
- 0131 **Filet de truite sans arête**
 Portions de 4x150g
 La boîte de 600g (33€50/kg) 20€10

LES FRUITS DE MER

- 0333 **Gambas sauvages crues spécial grill**
 Boîte 2 kg - 10/20 au kg - Le kg 23€90
- 0326 **Grosses crevettes sauvages cuites**
 40/60 au kg, surgelée
 Boîte de 1kg - Le kg 26€90
- 0335 **Pince de tourteau cuite**
 8/12 au kg, surgelée individuelle
 Sachet de 1kg - Le kg 38€50

- 0330 **Langoustines crues entières**
 Boîte 1kg - 20/30 au kg - Le kg 28€90
- 0320 **Crevettes de Norvège cuites**
 Boîte de 1kg - Le kg 20€50
- 0360 **Bâtonnet de surimi**
 Saveur Crabe - Sachet de 1kg - Le kg 13€00

8 Pavés de Saumon avec Peau

32€00
~~34€00~~

SOIT
2€
 D'ÉCONOMIE



Truite fumée x 8 tranches

14€50
~~15€90~~



LE TRAITEUR

3113 **25 minis Quiches**
 5 variétés : Fromage de chèvre, compotée d'oignon et miel / Epinards, saumon, crème / Légumes du soleil et tomates / 3 fromages, crème et noix / Cèpes, crème et persillade (39,77€/kg) - La boîte 450g 17€90

3108 **Plateau 12 minis Croustis fromage**
 3 variétés : camembert aux pommes, pizza au fromage de chèvre et mozzarella, roquefort aux noix
 Le plateau de 178g (121,87€/kg) - La boîte... 13€90

3251 **4 Tartes aux poireaux**
 4x150g (13,66€/kg) - La boîte 8€20

3243 **4 Bouchées à la reine**
 Sauce blanche, dinde, jambon, champignons 4x150g
 4x150g (24,83€/kg) - La boîte..... 14€90

3241 **4 Bouchées ris de veau**
 Sauce blanche, ris de veau, champignons
 4x150g (41,50€/kg) - La boîte..... 24€90

3212 **4 Bouchées Lotte - St-Jacques**
 Pâte feuilletée garnie de lotte et noix de St-Jacques
 4x130g (42,11€/kg) 21€90

3104 **24 Briochettes de St-Jacques**
 Briochette, St-Jacques, beurre persillé
 La boîte de 380g (38,07€/kg) 19€80

3225 **12 Friands au fromage**
 12x110g (9,01€/kg) - La boîte 11€90

3230 **12 Friands à la viande**
 12x110g (9,77€/kg) - La boîte. 12€90

4 ou 8 Quiches Lorraines individuelles
 Lard maigre, œuf, crème fraîche

3250 4x140g (23,03€/kg) - La boîte. 12€90
 L1007 8x140g (23,14€/kg) - La boîte. 24€80

3303 **4 Croissants fourrés jambon-fromage**
 Croissant pur beurre, jambon, emmental
 4x140g (22,32€/kg) - La boîte 12€50

3302 **8 Crêpes paysannes GORCY**
 Crêpe fourrée jambon, champignons, fromage
 8x125g (11,50€/kg) - La boîte..... 11€50

3235 **4 Croque-monsieur**
 Pain de mie, béchamel, jambon, fromage
 4x200g (12,37€/kg) - La boîte 9€90

Couronne apéritive - 26 brioches garnies
 3105 Couronne chorizo cheddar
 3107 Couronne lardon cheddar ciboulette
 Boîte de 370g (31,90€/kg) 11€80

Corbeilles tomate-jambon-fromage
 3214 6x115g (20,14€/kg) - La boîte 13€90
 3213L **12x115g (18,98€/kg) - La boîte 26€20 24€90**

3233 **4 Feuilletés St-Jacques-petits légumes -LOT**
 Pâte feuilletée pur beurre, 30 % de Noix St jacques, poireaux et carottes.
 4x110g (27,04€/kg) - La boîte 11€90

8 Paniers aux deux saumons petits légumes
 3216 8x100g (16,87€/kg) - La boîte 13€50

3210 **8 Paniers jambon-fromage**
 Pâte fourrée jambon, œufs, béchamel, fromage
 8x100g (16,12€/kg) - La boîte 12€90

3215 **4 Paniers poulet-poireaux-lardons - LOT**
 Pâte fourrée poulet sauce poireaux
 4x110g soit 440g (23,86€/kg) - La boîte..... 9€90

**Lot de feuilletés :
 4 Saint-Jacques
 + 4 Poulet Poireaux Lardons**

LOT

20€80
~~21€80~~



**12 Corbeilles
 Tomates Jambon fromage**

24€90
~~26€20~~



NOUVEAU

NOUVEAU

L'ASIATIQUE

3311 **Nems au porc x28 env.**
 28x25g - 700g - (19,85€/kg) La boîte. 13€90

3310 **Samossa légumes x28 env.**
 28x25g (25,57€/kg) - La boîte..... 17€90

3316 **Samossa poulet curry x28 env.**
 28x25g (27,00€/kg) - La boîte..... 18€90

4150 **Riz cantonnais**
 Riz, œuf, petits pois, crevettes, dés de jambon
 Sachet de 1kg - Le kg..... 5€50

3403 **Pizza chorizo**
 Chorizo, poivron rouge, fromage, olive
 460g (13,91€/kg) - L'unité. 6€40

3406 **Pizza Napolitaine**
 Jambon, fromage
 450g (13,55€/kg) - L'unité..... 6€10

3408 **Pizza bolognaise**
 Viande hachée de bœuf, tomate, légumes, fromage
 450g (15,33€/kg) - L'unité..... 6€90

3400 **Pizza saumon fumé**
 Saumon fumé, fromage
 470g (14,49€/kg) - L'unité. 6€80

3415 **4 Pizzas individuelles royales**
 4 x 220g (15,56€/kg) - L'unité. 13€70

3402 **Pizza bûche de chèvre**
 Bûche de chèvre
 440g (14,54€/kg) - L'unité. 6€40

3405 **Pizza royale**
 Jambon, champignons, fromage
 480g (13,33€/kg) - L'unité. 6€40

3409 **Pizza crémière oignon, lardon**
 Oignon, lardon, crème fraîche, champignons
 440g (15,00€/kg) - L'unité. 6€60

3414 **Pizza du pêcheur**
 Thon, crevette, fromage, crème fraîche
 520g (13,07€/kg) - L'unité. 6€80

3410 **Pizza 3 fromages BIO**
 Purée de tomates, emmental, mozzarella, gorgonzola, épices
 350g (21,71€/kg) - La boîte 7€60



PLATS CUISINÉS

fabrication GEL29

3500 **6 Coquilles St-Jacques royale 55% GEL29**
 55% de noix de St Jacques, lait, crème fraîche, champignons, échalotes, oignons, concentré de tomate, calvados, ail, persil
 6x110g (48,18€/kg) - Le sachet 31€80

3503 **12 Coquilles St-Jacques royale- PROMO 55% GEL29**
 55% de noix de St Jacques, lait, crème fraîche, champignons, échalotes, oignons, concentré de tomate, calvados, ail, persil
 12x110g (45,90€/kg) - Le sachet 56€00 52€00

3501 **10 Coquilles Kermad Coquilles St-Jacques Bretonne**
 25% de noix de St Jacques, 10% de poisson
 10x120g (32,41€/kg) - La boîte. 38€90

3511 **10 Gratin de poisson sauce Aurore**
 Filet de poisson, champignons, vin blanc, sauce tomate - 10x130g (15,30€/kg) - La boîte.. 19€90

3508 **48 Escargots de Bourgogne**
 Chair d'escargot, beurre, ail, persil
 356g - 48 pièces (63,20€/kg) - Le sachet ... 22€50

3604 **24 Palourdes farcies pur beurre**
 Palourde rose, beurre, ail, persil
 24 pièces - 120g (157,50€/kg) - Le sachet.... 18€90

3603 **24 Pétoncles farcies pur beurre**
 Pétoncle, beurre, ail, persil
 24 pièces - 400g (47,25€/kg) - Le sachet.... 18€90

4320 **6 Tomates farcies**
 Tomate, porc et bœuf français, oignons, ail
 La boîte 6x165g, soit 990g (11,01/kg) 10€90

4225 **Choucroute alsacienne**
 Choux, lard, saucisses, rôti de porc
 1kg - La boîte..... 13€50

2 kg Lasagnes de Boeuf achetés = 1 Lasagne de Porc 400g Offert !



4331 **Brandade de Morue - PROMO**
 2x500g - (17,60€/kg) 17€60 16€60

4333 **Hachis Parmentier de bœuf**
 2x500g KERMAD - (18,70€/kg)
 La boîte 18€70

4200 **Couscous royal**
 Semoule, poulet, boulette, merguez, légumes
 840g (13,77€/kg) - La boîte..... 16€40

4206 **Paëlla Méditerranéenne**
 Fruits de mer, poulet, poisson, chorizo, riz - 1kg
 1kg (16,90€/kg) - La boîte..... 16€90

4334 **Lasagnes x 2kg - PROMO cadeau**
 Pâtes, viande de bœuf, sauce bolognaise
 Le lot..... 19€00

12 Coquilles Saint-Jacques Royales 55%

52€
56€

SOIT
4€
D'ÉCONOMIE

Brandade de Morue 1kg

16€60
17€60



PLATS POUR DEUX

4336 **Poisson à la Bordelaise**
 La boîte de 400g - 2x200g - (17,25€/kg) 6€90

4338 **Poisson à la Bretonne**
 La boîte de 400g - 2x200g - (17,25€/kg) 6€90

4339 **Poisson à la Provençale**
 La boîte de 450g - 2x225g - (15,33€/kg) 6€90

4340 **Poissons sauce crevettes**
 La boîte de 400g - 2x200g - (17,25€/kg) 6€90

PLATS INDIVIDUELS

4156 **Poêlée à la Bretonne St-Jacques**
 Riz, poireau, champignon, St-Jacques, crevette 500g
 (18,80€/kg) - Le sachet..... 9€90

4354 **Tagliatelles de saumon**
 300g (13,00€/kg) - La boîte..... 3€90

4357 **Pennés poulet sauce champignons - 300g**
 300g (13,00€/kg) - La boîte..... 3€70

4359 **Paëlla individuelle**
 300g (16,33€/kg) - La boîte..... 4€90

4360 **Couscous**
 300g (13,00€/kg) - La boîte 3€90

4352 **Boulettes de boeuf au riz**
 300g (16,33€/kg) - La boîte 4€90

4356 **Gratin de pâtes au jambon**
 300g (13,00€/kg) - La boîte 3€90

4341 **Parmentier d'effiloché de bœuf et écrasé de pommes de terre**
 2x300g (22,66€/kg) - La boîte 13€60

4353 **Colombo de poisson, riz, lentilles corail**
 300g (12,33€/kg) - La boîte..... 3€70

4155 **Poulet au curry avec riz**
 300g (16,33€/kg) - La boîte 4€90

4358 **Spaghetti carbonnara**
 300g (16,33€/kg) - La boîte 4€90

4355 **Hachis Parmentier de canard**
 300g FRIAL - (17,66€/kg) - La boîte 5€30

4335 **Lasagnes de porc - individuel**
 400g - (12,25€/kg) - La boîte 4€90

NOS VIANDES

BŒUF

1100 **Faux filet**
 Coupé main, emballé ind. sous vide
 800g env. (32,00€/kg) - Le sachet 25€60 env.

1106 **Pavé de bœuf mariné aux 3 poivres**
 Sachet 800g (31,12€/kg) - Le sachet 24€90

1110 **Bourguignon dégraissé**
 Sachet 1kg - Coupé main - Le kg 21€20

STEAK HACHÉ

1204 **Steaks hachés façon boucherie "Gel 29' Artisanal"**
 Sachet de 1kg - 10x100g - 15% Le kg 20€60

1205 **Steaks hachés façon boucherie - PROMO "Gel 29' Artisanal"**
 10% de mat. grasse - 100% viande - 125g x12
 Sachet de 1,5kg - Le kg 22€50 20€50

1220 **LOT de 24 Steaks hachés - 3kg - PROMO**
 Boucherie - 10% de mat. grasse
 24x125g - Le kg 21€20 19€70

1201 **Haché tradition en vrac**
 Portionnable - Sachet 1kg - Le kg 21€70

1140 **30 Boulettes de bœuf**
 Sachet 900g (14,90€/kg) - La boîte 13€40

1105 **Côte de bœuf Limousine VBF**
 Emballée ind. sous vide-1kg environ. Le kg 31€90

1101 **Bavette d'aloiau UE**
 Coupé main, emballé ind. sous vide
 Sachet de 1kg - Le kg 27€50

1104 **Tournedos Filet**
 Coupé main, ind. sous vide
 600g env (50,50€/kg) Le sachet 30€30

1112 **Noix de joue de bœuf**
 Sachet de 2 x 500g environ - Le kg 22€10

1115 **Bœuf à braiser Paleron**
 2 x 600g env - Le kg 20€20

Bavette d'Aloiau - 1kg



1103 **Entrecôte Race à viande**
 100 à 200g ind.- Sachet de 800g env
 (35€/kg) - Le sachet. 28€00 env.

1300 **Langue de bœuf**
 1 pièce de 1,5 à 1,8kg env - Le kg 15€80

1310 **Foie de bœuf**
 Sachet 1kg - Le kg 10€90

VEAU

1420 **Sauté de veau sans os**
 Collier et épaule dégraissés
 Sachet 1kg - Le kg 24€90

1401 **Côte de veau**
 6/8 pièces - Sachet 1,1kg env. - Le kg 28€90

1415 **Paupiette de veau Fabrication artisanale**
 6 pièces - Le kg 23€80

1403 **Osso Bucco de veau**
 5 pièces - Sachet de 1kg - Le kg 20€90

1430 **Rôti de veau**
 Dans la sous-noix ou casi
 Sachet 1kg env ou 2x500g - Le kg 28€90

1400 **Escalope de veau noir, sous-noix**
 6 à 8 pièces emballées sous vide individuelles
 Sachet de 1kg - Le kg 33€50

Noix Joue de Boeuf - 1kg env.

22€10
Le kg



Recette Joue de Boeuf à la Bourguignonne

Couper deux carottes en rondelles et émincer un poireau.
 Couper les joues de boeuf en gros morceaux.
 Dans une casserole, faire chauffer du beurre et saisir les morceaux de joues sur toutes les faces. Les faire roussir.
 Ajouter ensuite les légumes et arroser avec un bouillon de boeuf et un verre de vin rouge.
 Mélanger, ajouter du thym, du laurier et assaisonner.
 Couvrir et réduire le feu. Laisser mijoter pendant trois heures.
 La viande sera ainsi très tendre.
 Bon appétit !

VIANDE DE PORC

1500 **Côte de porc 1ère et filet**
 8 côtes env. sachet de 1,5kg - Le kg 10€90

1501 **Côte de porc échine**
 8 côtes env. sachet de 1,5kg - Le kg 10€70

1515 **Filet mignon**
 3 pièces de 420 g env. - Sous vide
 1,2 à 1,6kg env - Le kg 19€80

1503 **Jambon grill**
 10 tranches emballées individuelles
 Boîte de 1kg - Le kg 19€90

1521 **Joue de porc**
 8 à 10 pièces sachet de 1kg - Le kg 20€90

1511 **Rôti de porc échine**
 1 pièce de 1kg à 1,3kg env. ou 2x500g env.
 Le kg. 16€30

1522 **Pluma de porc**
 Pièces de 80/90 g - sachet de 1kg - Le kg 25€90

CHARCUTERIE

1740 **Chipolatas artisanales**
 18 pièces env sachet de 1kg - Le kg 16€90

1742 **5 Petits jarretons cuits**
 2kg env - Le kg 14€90

1113 **Lardons fumés**
 2x500g Le kg 13€50

1730 **Tripes à la bretonne**
 2x500g env. - Le kg 15€50

1712 **Boudin noir**
 Sachet de 1kg - Le kg 12€40

1711 **Tranches de museau de porc**
 Sachet de 500g - (19,80€/kg) Le kg 9€90

1731 **Merguez artisanales**
 18 pièces env. - Sachet de 1kg - Le kg 18€90

1705 **Saucisse de campagne**
 Boyaux naturels sans colorant ni conservateur
 9/10 au kg - Sachet de 1,5kg env - Le kg 14€80

1716 **Saucisse fumée**
 Boyaux naturels sans colorant ni conservateur
 9/10 au kg - Sachet de 1kg - Le kg 15€90

1718 **Andouillette 5A**
 4 pièces 800g env. (26,50€/kg) - Le sachet 21€20 env.

AGNEAU

1630 **Souris d'agneau x4**
 1,2kg env. - Le kg 31€80

1600 **Côtes d'agneau (Français)**
 10 à 15 pièces ind. Sachet 1,2kg env.
 Le kg. 32€80

1611 **Tranche de gigot d'agneau (Français)**
 8 à 12 pièces individuelles
 Sachet de 1kg environ - Le kg 32€80

NOS VOLAILLES

VOLAILLES ENTIÈRES

2113 **Poulet noir fermier - Label Rouge**
1,5 à 2kg élevée au grain en plein air
Le kg 13€80

2121 **Pintade fermière**
1,2kg élevée au grain en plein air
Le kg 16€50

2130 **2 coquelets (SAVEL - Lannilis)**
500g environ Lot de 2 pièces - Le kg 11€90

VOLAILLES PANÉES

2310 **8 Cordons bleus**
Escalope + jambon de dinde
fourré fromage - 1kg - Le kg 13€50

2315 **Aiguillette de poulet pané**
Aiguillette de poulet 70%,
panure 30% - Sachet 1 kg - Le kg 22€50

2311 **Nuggets de poulet**
Préparation de volaille enrobée - façon beignet 1kg
Le kg 12€50

L'ÉPICERIE

8800 **Café pur Brésil doux**
4x250g Le kg 26€50

8999 **Jus d'orange des Amériques**
(4,30€ Le litre) 6x1L
Le lot 25€80

9001 **Madeleines bretonnes**
30x34g (16,17€/kg)
La boîte 16€50

9002 **Assortiment de gâteaux**
36x30g - La boîte (18,42€/kg) 19€90

Beurre de printemps
9095 4x250g - Le kg 17€50
9093 Par 3kg - Le kg 16€50

Beurre de Printemps



9055 **Cidre fermier**
(4,50€ Le litre) 6x1L 27€00

9043 **UBY Blanc**
La bouteille 6€30
Carton de 6 37€80

9045 **UBY Rouge**
La bouteille 6€30
Carton de 6 37€80

9044 **UBY Rosé**
La bouteille 6€60
Carton de 6 39€60

DÉCOUPES DE VOLAILLES

2200 **Escalope de poulet - PROMO**
12 à 16 pièces env Sachet 1kg ou 2kg -
Le kg 18€90 17€20

2300 **Escalope de dinde**
Sachet de 1,5kg - Le kg 18€40

2114 **Poulet rôti minute découpé 8 morceaux**
2/3 personnes - 920g (19,89€/kg)
La pièce 18€30

2201 **Aiguillette de poulet**
28 à 30 pièces env Sachet 1,5 kg - Le kg 18€90

2210 **Cuisse de poulet**
Avec partie dos - 8 à 12 cuisses
Sachet de 2kg - Le kg 9€20

2211 **Cuisse de poulet noir**
Avec partie dos - 6 à 7 cuisses
Sachet de 2kg - Le kg 13€50

2203 **Rôti fondant de dinde au beurre**
Barquette 550 g - (20€36/kg) - La pièce 11€20

2307 **Sot-l'y-laisse de dinde - PROMO**
Sachet de 1kg - Le kg 18€90 17€90

2125 **4 Suprêmes de pintade**
4x180g (28,50€/kg) - Le sachet 20€52

2305 **Aiguillette de poulet marinées barbecue**
Sachet de 1kg - Le kg 19€20

1553 **Lamelles de kebab - Dinde et Veau**
Sachet de 850g (25,76€/kg) - Le sachet 21€90

2208 **Emincé de filet de poulet cuit**
500g (23,90€/kg) - Le sachet 11€95

2306 **Brochettes de poulet**
Marinées à la Mexicaine
900g (26,11€/kg) - Le sachet 23€50

DÉCOUPES DE CANARDS

2400 **Magret de canard**
350 g ENV. sous vide individuel
Le kg 38€90 - Le sachet 13€60 env.



Escalopes de Poulet coupée fine

17€20
~~18€90~~

VOLAILLES FARCIES

2111 **4 Cailles farcies crapaudine individuelles**
Les 4 pièces x 160g - (38,28€/kg) Le lot 24€50

2304 **8 Paupiettes de dinde**
Escalope de dinde farcie sans barde ni ficelle
Sachet de 1kg - Le sachet 16€80



Sot l'y laisse de Dinde - 1 kg

17€90
~~18€90~~

LA CAVE

LES BIB 5 LITRES

9035 **Miselle Blanc**
La bouteille 6€20
Carton de 6 37€20

9050 **Miselle Moelleux**
La bouteille 7€90
Carton de 6 47€40

Château Nivelle PRESTIGE
La bouteille 8€40
Carton de 6 50€40

9058 **Rosé méridien**
La bouteille 5€00
Carton de 6 30€00

9033 **VAUCLUSE Rosé**
5 litres 23€50

9031 **VAUCLUSE Rouge**
5 litres 22€50

9030 **VAUCLUSE Blanc**
5 litres 23€50

9032 **UBY Blanc**
5 litres 28€50

9036 **UBY Rosé**
5 litres 28€50

LÉGUMES

| | | |
|------|-------------------------------------|--------------------------|
| 6101 | Haricots verts extra fins | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Sachet de 1kg | 4€80 |
| 6121 | Choux-fleurs en fleurettes | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Sachet de 1kg | 2€60 |
| 6122 | Brocolis en fleurettes cuits | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Sachet de 1kg | 4€30 |
| 6112 | Carottes en rondelles | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Sachet de 1kg - Le kg | 2€20 |
| 6110 | Petits pois | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Sachet de 1kg | 3€90 |

Poêlée pour poisson



MÉLANGES DE LÉGUMES

| | | |
|------|---|--------------------------|
| 6153 | Julienne de légumes | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Carottes, céleris, courgettes | |
| ≡ | Sachet de 1kg | 2€70 |
| 6118 | Légumes pour potage | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Haricots, carottes, navets, pommes de terre, oignons | |
| ≡ | oignons - 2,50€/kg - Sachet de 2,5kg | 6€25 |
| 6115 | Macédoine de légumes cuits | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Sachet de 1kg | 3€20 |
| 6105 | Légumes pour couscous | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Poivrons rouges et verts, courgettes, navets, céleris, carottes, pois chiches | |
| ≡ | Sachet de 1kg | 2€70 |
| 6126 | Trio de poivrons jaunes, rouges et verts | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Sachet de 1kg | 4€90 |

LE BIO



| | | |
|------|---|--------------------------|
| 6102 | Haricots verts BIO | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | x600g (5€/kg) - Le sachet | 3€00 |
| 6147 | Petits pois fins BIO | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | x600g (5,83€/kg) - Le sachet | 3€50 |
| 6132 | Mélange Wok BIO | <input type="checkbox"/> |
| | Brocolis, carottes jaunes et rouges, haricots verts, poivrons rouges, oignons | |
| ≡ | x600g (5,75€/kg) - Le sachet | 3€45 |
| 6139 | Frites au four BIO | <input type="checkbox"/> |
| | Sachet de 1kg (4,60€/kg) - Le sachet | 4€60 |
| 1203 | 10 Steaks hachés BIO façon boucherie | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | 15% de mat. grasse 10x100g - La boîte | 25€ |

| | | |
|------|-----------------------------|--------------------------|
| 6103 | Poireaux en morceaux | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Sachet de 1kg - Le kg | 2€80 |
| 6104 | Oignons émincés | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Sachet de 1kg | 4€40 |

| | | |
|------|--------------------------|--------------------------|
| 6114 | Epinards branches | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Sachet de 1kg | 3€60 |

POÊLÉES

| | | |
|------|--|--------------------------|
| 6107 | Poêlée ratatouille | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Tomates, courgettes, aubergines, oignons émincés, poivrons rouges et verts | |
| ≡ | 5,50€/kg - Sachet de 1,5kg | 8€25 |

| | | |
|------|--|--------------------------|
| 6127 | Poêlée Côté Sud | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Courgettes grillées, poivrons grillés, aubergines grillées, oignons, tomates | |
| ≡ | 8,26€/kg - Sachet de 750g | 6€80 |

| | | |
|------|---|--------------------------|
| 6119 | Poêlée du jardin | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Haricots verts, brocolis, oignons, mini champignons de Paris, poivrons rouges | |
| ≡ | Sachet de 1kg | 5€10 |

| | | |
|------|---|--------------------------|
| 6125 | Poêlée Bretonne | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Pommes de terre, oignons, choux-fleurs, lardons fumés, carottes rondelles, haricots verts, brocolis | |
| ≡ | Sachet de 1kg | 5€10 |

| | | |
|------|---|--------------------------|
| 6117 | Poêlée fermière | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Pommes de terre, oignons, champignons, épaule | |
| ≡ | 5,86€/kg - Sachet de 750g | 4€40 |

| | | |
|------|--|--------------------------|
| 6128 | Poêlée pour poisson | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Carottes, tomates cerises, épinards, échalotes | |
| ≡ | Sachet de 1kg | 5€40 |

| | | |
|------|-------------------------|--------------------------|
| 6149 | Marrons épluchés | <input type="checkbox"/> |
| | Sachet de 1kg | 14€90 |

FRITES ET PRÉPARATIONS DE POMMES DE TERRE

| | | |
|------|---|--------------------------|
| 6135 | Pommes de terre grenaille au sel de Guérande | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | 93% p. de terre, 6% beurre, 1% sel guérande | |
| ≡ | 11,55€/kg - Sachet de 450g | 5€20 |

| | | |
|------|-------------------------|--------------------------|
| 6136 | Pommes noisettes | <input type="checkbox"/> |
| | Sachet de 1kg | 4€00 |

| | | |
|------|--|--------------------------|
| 6138 | Pommes Rosties | <input type="checkbox"/> |
| | Galettes de pommes de terre avec oignons | |
| ≡ | Sachet de 1kg | 4€90 |

| | | |
|------|---|--------------------------|
| 6152 | Galettes de Pommes de terre façon Anna | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | 10x100g - Sachet 1kg | 11€90 |

| | | |
|------|---------------------------------------|--------------------------|
| 6157 | Poêlée Sarladaise - PROMO | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Pomme de terre, graisse d'oie, bolets | |
| ≡ | 7,46€/kg - Sachet de 750g | 5€60 4€90 |

| | | |
|------|---|--------------------------|
| 6108 | 4 Tatins de légumes du soleil | <input type="checkbox"/> |
| | Pâte feuilletée 26.8%, légumes 62.3% : poivrons jaunes et rouges, courgettes, aubergines, oignons, tomates cerises, épices 4x80g - (34,06 €/kg) | |
| ≡ | Le sachet | 10€90 |

Poêlée Sarladaise

4€90
~~5€60~~



FRUITS SURGELÉS

| | | |
|------|--|--------------------------|
| 7450 | Salade de fruits exotiques (spécial salade de fruits) | <input type="checkbox"/> |
| | Sachet de 1kg - Le kg | 10€90 |

| | | |
|------|-----------------------|--------------------------|
| 7451 | Ananas | <input type="checkbox"/> |
| | Sachet de 1kg - Le kg | 9€90 |

| | | |
|------|-----------------------|--------------------------|
| 7453 | Framboise | <input type="checkbox"/> |
| | Sachet de 1kg - Le kg | 14€80 |

| | | |
|------|-----------------------|--------------------------|
| 7452 | Fruits rouges | <input type="checkbox"/> |
| | Sachet de 1kg - Le kg | 10€90 |

| | | |
|------|-----------------------|--------------------------|
| 7454 | Mangue | <input type="checkbox"/> |
| | Sachet de 1kg - Le kg | 10€90 |

| | | |
|------|--|--------------------------|
| 6130 | Frites allumettes 7/7 - sans gluten | <input type="checkbox"/> |
| | Précuites - 3,96€/kg - Sachet de 2,5kg | 9€90 |

| | | |
|------|---|--------------------------|
| 6134 | Frites tradition 10/10 - sans gluten | <input type="checkbox"/> |
| | Précuites - 3,96€/kg - Sachet de 2,5kg | 9€90 |

| | | |
|------|---|--------------------------|
| 6150 | Frites Dipsters (forme en U) - sans gluten | <input type="checkbox"/> |
| | Précuites - 3,96€/kg - Sachet de 2,5kg | 9€90 |

| | | |
|------|--|--------------------------|
| 6131 | Pommes rissolée | <input type="checkbox"/> |
| | Précuites - 3,96€/kg - Sachet de 2,5kg | 9€90 |

| | | |
|------|---------------------------------|--------------------------|
| 6148 | Purée de pommes de terre | <input type="checkbox"/> |
| | Sachet de 750g - 4,60 €/kg | 3€45 |

| | | |
|------|----------------------------------|--------------------------|
| 6113 | Mini Gratin Dauphinois x6 | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | 6x120g - 11,25 €/kg - Le sachet | 8€10 |

| | | |
|------|-----------------------------------|--------------------------|
| 6111 | Mini Gratin aux légumes x6 | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | 6x120g - 11,25 €/kg - Le sachet | 8€10 |

CHAMPIGNONS

| | | |
|------|--|--------------------------|
| 6140 | Champignons émincés gourmands - PROMO | <input type="checkbox"/> |
| ≡ | Sachet de 1kg | 5€90 4€90 |

| | | |
|------|---|--------------------------|
| 6146 | Cocktail de champignons | <input type="checkbox"/> |
| | Pleurotes, bolets, cèpes, shi-takés, girolles | |
| ≡ | 11,50€/kg - Sachet de 1kg | 11€50 |

Champignons émincés - 1 kg

4€90
~~5€90~~



PÂTISSERIE

- 7217 **4 Mokas individuels café**
 Crème au beurre, café, génoise, éclats de noisettes caramélisés - 4x95g - (32,90€/kg) - La boîte... 12€50
- 7220 **6 Paris-Brest**
 Coque en pâte à choux au beurre, éclats d'amandes grillées, crème pralinée
 6x60g - (31,11€/kg) - La boîte... 11€20
- 7201 **12 Minis pâtisseries individuelles**
 3 croustillants noisettes/3 croustillants caramel/3 opéras/3 fraisiers 420g
 La boîte de 12 (42,38€/kg)..... 17€80
- 7210 **8 Éclairs**
parfum vanille ou chocolat ou café
 Pâte à chou fourrée chocolat
 8x80g (13,98€/kg) - La boîte... 9€95
- 7215 **Verrines dessert x12**
 3 mousses chocolat /3 fromages blancs & fraises - 3 fruits de la passion / 3 mascarpone speculoos - 360g (52,50€/kg) 18€90
- 7415 **4 Moelleux chocolat + 4 moelleux Caramel**
 8x100g (22,50€/kg) 18€00
- 7206 **12 Choux croquants**
 4 pistache framboise, 4 vanille noix de pécan, 4 caramel beurre salé et chocolat noir 160g
 (86,87€/kg) 13€90

CÔNES IJSBOERKE

- 8110 **16 Cônes vanille-Brésilienne**
 vanille, décors chocolat/noisette
 16x120ml (9,53€/L) - La boîte... 18€30
- 8111 **16 Cônes vanille chocolat**
 16x120 ml (9,53€/L) - La boîte... 18€30
- 8112 **16 Cônes fraise avec coulis**
 16x120 ml (9,53€/L) - La boîte... 18€30

SPÉCIALITÉS INDIVIDUELLES

- 8210 **4 Citrons givrés** 4x120g (7,24€/L) - La boîte 9€10
- 8220 **4 Mystères**
 Glace vanille avec un cœur de meringue
 La boîte 308g (28,90€/kg) 8€90

GLACES ENFANT

- 8162 **12 Petits pots FLIPI**
 6 vanille/fraises + 6 vanille/chocolat
 12x60ml (7,22€/L) - La boîte... 5€20
- 8139 **12 Bâtonnet Ice Bomb**
 Glace à l'eau fraise, citron, orange, cola
 12x55ml (10,91€/L) - La boîte... 7€20
- 8155 **16 Mini Bâtonnets**
 Assortiment mini-bâtonnets, enrobage chocolat
 16x40ml (18,43€/L) - La boîte... 7€90
- 8140 **16 Bâtonnet Rainbow fruits**
 Fraise, ananas, orange, citron, framboise
 16x40ml (18,43€/L) - La boîte... 11€80

TARTES & TARTELETTES

- 7205 **10 Tartelettes Cœur de fruits Tatin**
 Pommes caramélisées sur pâte, quartiers de pommes
 10x120 g (17,75€/kg) - La boîte... 21€30
- 7233 **5 Tartelettes aux framboises**
 Pâte sucrée, crème d'amandes, 37% de framboises
 5 pièces - 550g (27,60€/kg) - La boîte... 15€20
- 7234 **5 Tartelettes citron meringuées**
 Pâte sucrée, crème citron, meringue à l'italienne
 5x100g (26,80€/kg) - La boîte... 13€80
- 7305 **Tarte aux pommes • découpée 8 parts**
 Pâte sablée, quartiers de pommes - 950g
 (9,37€/kg) - La boîte... 9€10
- 7306 **Tarte Normande • découpée 8 parts**
 Pâte sablée, crème à flan, pommes - 900g
 (9,88€/kg) - La boîte... 9€90
- 7309 **Tarte aux poires • découpée 8 parts**
 Pâte sablée, qcrème frangipane, demi-poires - 950g
 (18,33€/kg) - La boîte... 16€50
- 7315 **Flan • découpé en 10 parts**
 Pâte brisée, crème aux oeufs frais parfumés à la vanille - 1,1kg (7,27€/kg) - La boîte... 8€00

6 Crêpes façon Tatin 8€50
~~9€50~~



À PARTAGER

- 8610 **Vacherin en long vanille framboise**
 Sorbet framboise, crème glacée vanille, meringue - 2L (7,50€/L) - La boîte... 15€00
- 8609 **Gâteau glace Blé noir - caramel**
 750ml (16,86€/L) - La boîte... 13€50
- 8608 **Gâteau vanille framboise - PROMO**
 Glace vanille framboise
 750ml (16,86€/L) - La boîte... 13€50 12€50

COUPES IJSBOERKE

- 8209 **Dame blanche**
 Crème glacée vanille marbrée chocolat
 14x150ml (9,95€/L) - La boîte... 20€90
- 8205 **Café Liégeois**
 Crème glacée café, sauce café
 14x150ml (9,95€/L) - La boîte... 20€90
- 8206 **Coupe brésilienne**
 Crème glacée praliné sauce caramel
 14x150ml (12,33€/L) - La boîte... 25€90
- 8207 **Coupe vanille crunch caramel**
 Crème glacée caramel, sauce caramel, avec coulis de caramel
 14x150ml (12,33€/L) - La boîte... 25€90

BAC GLACES DERNIÈRE PAGE

- Bac 2,5 L** crème glacée Vanille 16,€50, le litre 6€60
- Bac 1 L** différents parfums le litre 8€20
- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 8500 Vanille | <input type="checkbox"/> 8510 Citron |
| <input type="checkbox"/> 8501 Chocolat | <input type="checkbox"/> 8511 Cassis |
| <input type="checkbox"/> 8502 Fraise | <input type="checkbox"/> 8513 Pomme verte |
| <input type="checkbox"/> 8504 Rhum Raisin | <input type="checkbox"/> 8514 Framboise |
| <input type="checkbox"/> 8505 Caramel beurre salé | <input type="checkbox"/> 8512 Blé noir |
| <input type="checkbox"/> 8506 Crème brûlée | <input type="checkbox"/> 8515 Pêche de vigne |
| <input type="checkbox"/> 8507 Pistache | <input type="checkbox"/> 8508 Fruits exotiques |

GÂTEAUX

- 7449 **Fraisier 4/6 parts**
 Mousse vanille, morceaux de fraises et double génoise aux amandes imbibée de sirop de fraises - 540g (28,70€/kg) - La boîte... 15€50
- 7436 **Croustillant chocolat noisettes**
 Mousse chocolat noir, croustillant noisettes, génoise cacao - 420g (34,52€/kg) - La boîte... 14€50
- 7432 **Entremet fruits exotiques**
 Mousse vanille, crème fruits de la passion
 415g (33,50€/kg) - La boîte... 13€90
- 7440 **Macaron framboise**
 Mousse vanille biscuit aux amandes et morceaux de framboises (20%) 390g (35,64€/kg) - La boîte 13€90

BOULANGERIE

- 7105 **10 Pains au chocolat crus**
Pur beurre
 10x45 g (14,44€/kg) - Le sachet... 6€50
- 7100 **10 Croissants crus**
Pur beurre
 10x40 g (16,25€/kg) - Le sachet... 6€50
- 7120 **Brioche au beurre**
 Pièce de 280g - (21,07€/kg) - La pièce... 5€90
- 7115 **Demi-baguette pré-cuite 12 mn au four**
 3x180 g (7,59€/kg) - La boîte... 4€10
- 7136 **4 Pâtes feuilletées rondes 1 kg - PROMO**
 4x250 g (11,90€/kg) - La boîte... 11€90 9€90
- 7125 **Crêpe froment LE VIEUX MOULIN**
 4 douzaines - Le lot... 17€50
- 7110 **Crêpes façon Tatin - PROMO**
 Crêpes froment, 35% de pommes
 6x100g - (15,83€/kg) - La boîte... 9€50 8€50

BOÎTES ASSORTIES

- 8011 **Mélange Barre glacée x20**
 5 variétés : mars, snickers, twix, bounty, snickers crisp... 18€50
- 8130 **Mélange de bâtonnets x16**
 5 variétés... 15€90

BÂTONNETS FRONERI

- 8127 **Big Prémio amandes**
 Bâtonnet vanille, chocolat au lait et amandes
 20x110ml (8,54€/L) - La boîte... 18€80

9€90 4 Pâtes feuilletées rondes



Gâteau glacé Vanille-Framboise

12€50
~~13€50~~

