



Chers membres,

J'ai le plaisir de vous transmettre la composition de vos paniers Bio

**Du 28 Février au 4 Mars 2023.**

**A savoir :** La composition des paniers est fixe et ne peut être personnalisée. Les arrivages étant quotidiens pour une fraîcheur optimale des produits, la composition peut être amenée à évoluer en cours de semaine pour des raisons météorologiques ou propres à l'agriculteur.



UNE OFFRE 100 % LOCALE



QUI S'ADAPTE AUX SAISONS ET À L'OFFRE DE NOS PRODUCTEURS

## LE PETIT LOCAVORE

17 €

Pour 1/2 personnes  
Entre 2,7 et 3,5 kg

- Pomme de Terre, de Champagne
- Poireau, des Hauts-de-France
- Carotte, des Yvelines
- Chou rouge, d'Ile de France
- Oignon rosé, de Champagne
- Salade, d'Ile de France

*Bulletin info/recette*

## LE LOCAVORE

25 €

Pour 2/3 personnes  
Entre 4 et 4,7kg

- Pomme de Terre, de Champagne
- Poireau, des Hauts-de-France
- Carotte, des Yvelines
- Chou rouge, d'Ile de France
- Oignon rosé, de Champagne
- Champignon de Paris, de Picardie
- Epinards, d'Ile de France
- Salade, d'Ile de France

*Bulletin info/recette*



**UNE OFFRE 100 % FRANÇAISE**  
QUI S'ADAPTE AUX SAISONS ET À L'OFFRE DE NOS PRODUCTEURS



**LES PANIERS DE SAISON** 100 % français

**25 € (Le classique)**

Pour 2/3 personnes

Entre 4 et 5 kg

- Pomme de Terre, de Champagne (800g)
- Poireau, du Val de Loire (600g)
- Carotte sable, de Normandie (600g)
- Radis blanc Daïkon, de Bretagne (1 pièce)
- Oignon rosé, de Champagne (300g)
- Cèleri Rave, de Bretagne (1 pièce)
- Champignon de Paris, de Picardie (200g)
- Salade, de France (1 pièce)

*Bulletin info/recette*

**37 € (Le familial)**

Pour 4/5 personnes

Entre 6 et 7 kg

- Pomme de Terre, de Champagne (1,2kg)
- Poireau, du Val de Loire (1kg)
- Carotte sable, de Normandie (700g)
- Radis blanc Daïkon, de Bretagne (1 belle pièce)
- Oignon rosé, de Champagne (500g)
- Cèleri Rave, de Bretagne (1 belle pièce)
- Champignon de Paris, de Picardie (200g)
- Epinards, de France (500g)
- Salade, de France (1 pièce)

*Bulletin info/recette*



**UNE OFFRE 100 % BIO**  
IDÉALE POUR PROFITER DU 100 % BIO TOUT EN CONSERVANT LE CHOIX  
DE LA DIVERSITÉ

**PETIT FRUITÉ**

**10 €**

Entre 2 et 2,5kg  
Idéal pour 1 personne

- Pomme fruitée, du Sud-Ouest
- Orange de table, d'Espagne
- Mandarine feuille, d'Italie
- Banane, d'Am. du Sud

**FRUITÉ**

**19 €**

Entre 3,5 et 4,5 kg  
Idéal pour 2/3 personnes

- Orange Maltaise, de Tunisie  
*la « reine » des oranges !*
- Pomme fruitée, du Sud-Ouest
- Poire, de Provence
- Orange de table, d'Espagne
- Mandarine feuille, d'Italie
- Banane, d'Am. du Sud

**FAMILIAL FRUITÉ**

**32 €**

Entre 5,5 et 6,5 kg  
Idéal pour 4/5 personnes

- Ananas Cayenne, du Cameroun *Qualité Premium*
- Orange Maltaise, de Tunisie  
*la « reine » des oranges !*
- Pomme fruitée, du Sud-Ouest
- Orange de table, d'Espagne
- Mandarine feuille, d'Italie
- Banane, d'Am. du Sud

## LÉGUME

21 €

Entre 4 et 4,7 kg  
Idéal pour 2/3 personnes

- Pomme de Terre, de Champagne
- Carotte sable, de Normandie
- Chou-fleur, de Bretagne
- Avocat Hass, d'Espagne (2 pièces)
- Tomate, d'Espagne (*Une tomate savoureuse pour la saison*)
- Oignon jaune, de Champagne
- Salade, de France

*Bulletin info/recette*

## FAMILIAL LÉGUME

35 €

Entre 6 et 7 kg  
Idéal pour 4/5 personnes

- Pomme de Terre, de Champagne
- Poireau, du Val de Loire
- Courgette, d'Italie
- Chou-fleur, de Bretagne
- Concombre, d'Espagne
- Avocat Hass, d'Espagne (3 pièces)
- Tomate, d'Espagne (*Une tomate savoureuse pour la saison*)
- Oignon jaune, de Champagne
- Salade, de France

*Bulletin info/recette*

## LE MIXTE

22 €

Entre 4 et 5 kg  
Idéal pour 1/2 personnes

### Les légumes

- Pomme de Terre, de Champagne
- Poireau, du Val de Loire
- Carotte sable, de Normandie
- Chou-fleur, de Bretagne
- Avocat Hass, d'Espagne (2 pièces)
- Salade, de France

### Les fruits

- Orange Maltaise, de Tunisie *la « reine » des oranges !*
- Mandarine feuille, d'Italie

*Bulletin info/recette*

## LE FAMILIAL MIXTE

35 €

Entre 6 et 7 kg  
Idéal pour 2/3 personnes

### Les légumes

- Pomme de Terre, de Champagne
- Poireau, du Val de Loire
- Courgette, d'Italie
- Chou-fleur, de Bretagne
- Tomate, d'Espagne
- Avocat Hass, d'Espagne (3 pièces)
- Salade, de France

### Les fruits

- Orange Maltaise, de Tunisie *la « reine » des oranges !*
- Mandarine feuille, d'Italie

*Bulletin info/recette*

## Envie de plus de recette ?

Retrouvez nos recettes de la semaine dans vos paniers et bien d'autres sur le Blog Bio Culture : [www.panier-bio-paris.fr/blog](http://www.panier-bio-paris.fr/blog)

## LES SUPPLÉMENTS

### ŒUFS 3,30 €

Boîte de six  
œufs Bio et Extra Frais  
Origine France

### SALADE 2,20 €

La pièce  
Origine France

### BANANE 3,20 €

1kg  
Origine Am du Sud

### ORANGE 3,40 €

1kg  
Italie

### SUPPLÉMENT DE SAISON A 6 €

**Tomate**  
Origine Espagne  
(800g)

### SUPPLÉMENT DU MOIS A 4 €

**Orange Maltaise**  
Origine Tunisie  
Celle qu'on appelle la « Reine » des Oranges, cultivée  
uniquement en Tunisie, cueillie à la main  
(1kg)

#### Conditions de vente :

##### La composition :

Rappelons que cette énumération est à titre indicatif et donc non contractuelle.

Tout dépend de ce que les producteurs ont dans leur offre le matin de votre livraison et de la qualité des produits proposés !

Aussi, si la qualité d'un produit ne nous satisfait pas, nous nous réservons le droit d'en effectuer le remplacement pour conserver notre standing de qualité.

##### Le poids :

Les poids sont donnés sur des bases de prévision. Ils peuvent varier en fonction des calibres de + ou - 10 %.

En cas de variation supérieure à 10 %, nous ajusterons les éventuelles hausses ou baisses de poids en augmentant ou diminuant celui des autres produits.

Bio Culture est contrôlée et certifiée Bio par Ecocert FR-BIO-01

### OBJECTIF ZERO DECHET :

**Pensez à rapporter vos sacs Bio Culture en conciergerie.**

Nous récupérons également les boîtes d'œufs, les barquettes de salades ou de fruits ainsi que celles des champignons, qui sont rapportées au producteur.