

 **Atout Vrac**

ACTUALITÉS PRODUITS

Quoi de neuf en Mars - Avril ?

- L'oignon à l'honneur: frit ou en poudre !
- Le ghee de notre région se décline en chocolat
- Les lapins et oeufs de Note de fève sont disponible !
- La chocolaterie Hors du Temps remplace Fleur de Cacao

QUOI DE NEUF CE MOIS?

- Actualités produits
- Focus du mois
- La parole aux clients
- Prochains événements
- La recette du mois





LE FOCUS DU MOIS

HORS DU TEMPS

Son histoire

Hors du Temps est née d'un refus silencieux. Refus de la vitesse. Refus du chocolat sans âme.

A l'origine, une envie: redonner au chocolat sa dimension sacrée. Comme autrefois, quand le cacao était un trésor rare, préparé avec respect et patience.

Chaque création est pensée comme une petite capsule temporelle. On ouvre la boîte, on respire, on goûte.

Et soudain le monde ralentit.

Ce n'est pas simplement une chocolaterie. C'est un atelier où le temps travaille avec la main.

Hors du Temps ne vend pas seulement du chocolat. Elle offre des instants que lon savoure autant que l'on se souvient.

Leur Valeurs :

Hors du Temps défend:

- La traçabilité totale, du producteur à la tablette
- Une rémunération juste et des relations durables
- Une transformation artisanale maîtrisée de la torréfaction au louage
- Une démarche simple: créer un chocolat pur et excellent qui assume sa personnalité, comme un grand vin assume son millésime avec sincérité.

Leur site internet: [Hors du Temps](https://www.horsdutemps.com)





LA PAROLE AUX CLIENTS



Atout Vrac. De belles rencontres se tissent avec les personnes qui y travaillent, avec les autres consomact.eurs.trices de tout âge et avec les producteurs.rices qui viennent livrer ou présenter leurs créations...car c'est de cela qu'ils s'agit.

Par exemple quand le jeune du Mouret amène son Vromage fait avec du chanvre (désolée, on ne peut plus l'appeler ainsi, disent les organes administratifs).

C'est un de mes coups de cœur, quand nous mangeons des pâtes faites par Vincenzo, avec un peu d'huile d'olive et une pluie de ce condiment qui croque sous les dents et fond entre le palais et la langue. Nos petites filles en raffolent aussi.

Un jour, il y a rupture de stock et Véronique me fait connaître la levure de malte, quelle belle alternative ! C'est bon et c'est supersain !

Et que dire du ghee fait en Gruyère ? On sent l'amour avec lequel, Mme ghee le crée.

Ah, j'aurais besoin de sacs bleus...j'essaye de réduire nos déchets et en même temps, j'en ai encore besoin. Atout Vrac décide de les intégrer au comptoir ; merci !

Aujourd'hui, j'ai envie d'une bonne salade...le ciel est gris, pourquoi pas mettre des fleurs grüériennes pour colorer notre journée ? Pourquoi pas ajouter du raifort fait maison par le père de Laura ? C'est bon et ça renforce notre système immunitaire.

Longue vie à Atout Vrac, à Toute Allure !
Cristina



LA GUERRE DES PRIX



Le 18 mars le film
LA GUERRE DES PRIX d'Anthony Déchaux est sorti
sur les écrans de Suisse romande.

Audrey, fille d'agriculteurs, intègre la centrale d'achat de l'hypermarché où elle travaille afin d'y défendre la filière bio et locale. Elle va découvrir un système impitoyable où chaque centime est une bataille.

- Une thématique citoyenne : Un regard sans concession sur les coulisses de nos supermarchés.
- Un enjeu local : La confrontation entre l'agriculture de proximité et les standards industriels.
- Un débat nécessaire : Idéal pour susciter des échanges sur la souveraineté alimentaire et l'éthique de consommation.

La bande-annonce : <https://www.youtube.com/watch?v=LPMC2-NwwEO>



ÊTRE PAYSAN·NE

FRIBOURG, CORSO
DIMANCHE 10 MAI À 10H



Le 29 avril sortira en Suisse romande le nouveau documentaire suisse de Frédéric Gonseth, ÊTRE PAYSAN·NE.

En partant de la révolte paysanne de 2024, le film dresse le portrait de plusieurs personnalités paysannes qui, bien que différentes les unes des autres, se rejoignent autour d'un constat commun: la difficulté de la situation paysanne actuelle en Suisse, ainsi que le manque de soutien et de reconnaissance de la part de la Confédération.

Toutes les infos, dates et bande-annonce sur:
<https://www.outside-thebox.ch/etrepaysanne/>



LA RECETTE DU MOIS

Tartelettes pascales

Ingrédients pour 8 tartelettes

- 8 moules à tartelettes d'env. 8 cm de Ø
- 1 emporte-pièce rond d'env. 10 cm de Ø
- beurre pour les moules
- chablon en forme de lapin ou bandes de papier

Pour la pâte

- 150 g de farine
- 1 pincée de sel
- 60 g de sucre
- 75 g de beurre froid, en morceaux
- 1 jaune d'œuf
- (ou une pâte brisée prête à l'emploi)

Pour la garniture

- 200 g de carottes parées, coupées en morceaux
- 50 g de beurre
- 3 cs de crème
- 2 œufs
- 5 cs de sucre
- 2 cs de fécule de maïs
- 1 citron, zeste râpé

Pour la décoration

- sucre glace
- fleurs en sucre (facultatif)



Retrouvez tous ces ingrédients dans votre épicerie préférée



LA RECETTE DU MOIS

Tartelettes pascales

- Pâte: mélanger la farine, le sel et le sucre. Ajouter le beurre, sabler, former un puits. Y verser le jaune d'œuf, rassembler en une pâte sans pétrir. Envelopper dans du film alimentaire et réserver 30 min au frais.
- Abaisser la pâte sur un peu de farine à 3 mm d'épaisseur. Découper 8 ronds de 10 cm de Ø à l'emporte-pièce, en foncer les moules préalablement beurrés et piquer le fond à l'aide d'une fourchette. Réserver au réfrigérateur.
- Garniture: cuire les carottes à cœur, laisser refroidir un peu. Mixer avec le beurre, la crème, les œufs, le sucre, la fécule de maïs et le zeste de citron. Répartir la garniture dans les moules. Cuire 20-25 min dans la moitié inférieure du four préchauffé à 200°C, laisser refroidir
- Disposer les tartelettes sur des assiettes, déposer un chablon ou des bandes de papier dessus, saupoudrer de sucre glace et décorer de fleurs en sucre.



Retrouvez tous ces ingrédients dans votre épicerie préférée