



QUOI DE NEUF CE MOIS?

- Actualités produits
- Focus du mois
- Prochains événements
- La recette du mois

ACTUALITÉS PRODUITS

Quoi de neuf en Septembre - Octobre ?

- Les bières bio de la Molette, fribourgeoises et délicieuses
- Le bon miel de la Gruyère
- Des nouvelles saveurs apéritives chez Le Sirupier de Berne





LE FOCUS DU MOIS LE SIRUPIER DE BERNE



Les siropiers bernois

Depuis plus de 40 ans nous fabriquons avec beaucoup de cœur le meilleur sirop dans le quartier bernois de Breitenrain.

Grâce à une croissance modérée mais constante l'entreprise, autrefois unipersonnelle, est devenue un site de production avec une avec une équipe bien rodée.

Un produit suisse, authentique, de qualité et de caractère

Nous utilisons des ingrédients de qualité : des jus de fruits en douceur, des herbes séchées et du sucre suisse, tous produits dans le respect des méthodes traditionnelles. Nous renonçons délibérément aux arômes artificiels, aux conservateurs et aux colorants. Toutes nos variétés de sirops sont fabriquées artisanalement et avec beaucoup d'amour à Berne.

Pour nous, la durabilité n'est pas un mot à la mode, mais une pratique quotidienne : nous travaillons avec des producteurs locaux, des chaînes d'approvisionnement courtes et entretenons des relations honnêtes avec nos fournisseurs.

Tradition, innovation et créativité s'unissent dans notre siroterie : de l'Apéro Spatz pétillant aux Fleurettes corsées en passant par le Bourgeons de sapin acidulé. La sensation de fraîcheur et de bien-être persiste jusqu'à la dernière gorgée.



Leur site internet: [Le Sirupier de Berne](https://www.lesirupier.ch)



PROCHAINS ÉVÉNEMENTS

LA SEMAINE DU GOÛT

Cette année la semaine du goût se tiendra du **17 au 27 septembre** dans toute la Suisse. Chez Atout Vrac, nous en profiterons pour vous proposer 2 délicieuses dégustations.

Dégustation FlowHemp

Le 19 septembre 9h-12h

Venez déguster des produits locaux à base de chanvre.

Non, le chanvre n'est pas utilisé que pour des produits illicites. 😊

Le chanvre est une plante exceptionnelle qui nous offre des petits trésors.

Ses graines et son huile sont excellentes pour notre bien-être. Sa farine utile pour de délicieuses préparations.

Florian vous fera découvrir tous ces bienfaits chez Atout Vrac



Dégustation Le Choc Agricole

Le 26 septembre 9h-12h

Le Choc Agricole est une pâte à tartiner élaborée à partir de lupins, de tournesol et de betteraves cultivés dans les champs du Vully.

Dingue ? Oui !
Déroutant ? Totalelement !
Excellent ? Carrément !

Venez vous faire un avis sur ce produit original et 100% Suisse !

Le Choc Agricole est une création de la Ferme Chautems à Lugnorre.





ATOUT VRAC FÊTE SES 10 ANS



RÉSERVEZ LA DATE :
SAMEDI 3 OCTOBRE 2026

Déjà 10 ans !

10 ans que l'épicerie a vu le jour, à la suite du mouvement citoyen "Fribourg Demain".

A la manoeuvre, 10 femmes très motivées grâce auxquelles l'épicerie a pu ouvrir le 15 octobre 2016 !

Pour cette occasion très spéciale, nous vous préparons de magnifiques surprises:

- Animations durant la journée
- Lots à gagner, généreusement offerts par nos partenaires !
- Dégustation de café avec Bean Ben Café

Toute l'équipe se réjouit de partager avec vous cette journée spéciale !



LA RECETTE DU MOIS

Barres énergétiques maison au miel, noix et graines

Ingrédients

- 150 g de flocons d'avoine
- 50 g de graines de tournesol
- 50 g de noix concassées
- 100 g de miel de la Gruyère
- 50 g de purée d'amande

Préparation

1. Chauffer le miel et la purée d'amande dans une casserole.
2. Mélanger avec les graines de tournesol et les noix concassées.
3. Étaler dans un moule, presser fermement et laisser refroidir.
4. Découper en barres une fois durci.



Retrouvez tous ces ingrédients dans votre épicerie préférée