



Pommes, Poires et Jus

Maël Sinoir et Marie Paule Dugast cultivent leurs pommes et leurs poires selon le cahier des charges AB, certifiés par ECOCERT.

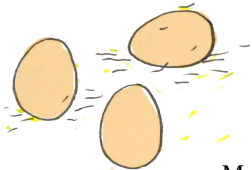
Les fruits sont conditionnés en plateaux en fonction de la saveur dominante souhaitée. Les variétés acidulées sont : Akane, Reine des reinettes, Rubinette, Elstar, Boskoop, Reinette d'Armorique, Patte de Loup, Reinette du Nord, etc. Les douces sont : Akane, Gala, Golden, Melrose, Fuji, Jubilé, etc. Les poires sont des Williams et des Conférences.

Périodicité : 6 livraisons entre septembre et février

Choix : Plateau de fruits environ 7kg 17€, acidulée et/ou douce, poires / Bouteilles de jus de pommes : Nature 2.50€, Pomme-citron, Pomme-poire, Pommes-agrumes-gingembre 3€

Producteur : Le Moulin des Noues, 44690 Maisdon-sur-Sèvre

Coordinatrice : Sophie Allain,
pommes@amapdelamanu.fr



Œufs

Manuel Dupont élève des poules pondeuses et développe un projet plus global incluant un autre producteur de plantes aromatiques et médicinales et de petits fruits. Il fournit des œufs bio (agrément obtenu le 30/05/2012) dont il fixe le prix en toute transparence : 0,35€ l'œuf. Ces tarifs répercutent les gains d'un engagement à long terme des adhérents et la quantité des paniers livrés collectivement.

Périodicité : 1 distribution tous les 15 jours

Choix : 6 œufs 2.10€ / 9 œufs 3.15€ / 12 œufs 4.20€

Producteur : Les Côteaux Nortais 44390 Nort-sur-Erdre

Coordinateurs : Iaura Lounes et Yann Labas,
oeufs@amapdelamanu.fr



Légumes

Sébastien Le Provost, Anthony Cariolet et Philippe Hénaut sont les associés de la Ferme du Soleil, à seulement 9 km au nord de Nantes.

Sébastien s'installe sur 1.5 Ha en 2007, puis est rejoint par ses associés en 2011. A ce jour, la Ferme du Soleil compte trois associés, deux salariés et en été.

Le GAEC cultive 75 légumes sur l'année pour plus de 250 variétés sur 10 ha dont 7000 m2 de cultures sous abris.

3 tailles de panier sont proposées pour offrir à tous les types de familles et à tous les revenus un accès à un panier de légumes biologiques, frais, de qualité et de proximité. Chaque panier comporte au moins 4 variétés de légumes cultivés par les soins des maraîchers.

Légumes d'été : tomates (différentes variétés), poivrons, courgettes (jaunes, vertes, tigrées), épinards, petits pois, oignons, cardes, navets nouveaux, salades (batavia, laitue, romaine ...), rhubarbe, fraises

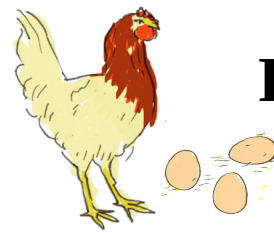
Légumes d'hiver : pommes de terre, carottes, poireaux, navet, courges (potiron, potimaron, musquée, spaghetti ...) , oignons, échalions, ail, betteraves rouges, zébrées ou jaune, choux (frisé, raves, pointu, fleur, de Bruxelles, ...)

Périodicité : 1 distribution par semaine

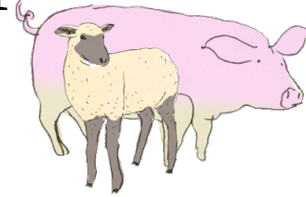
Choix : Panier petit 10.50€ / Panier moyen 15.20€ / Panier grand 21€

Producteurs : La Ferme du Soleil, GAEC Les Brillats, 44700 Orvault

Coordinatrice : Marie-Emmeline Olympie,
legumes@amapdelamanu.fr



Rejoignez L'AMAP DE LA MANU



L'Amap de la Manu, c'est des produits frais, bio et locaux livrés chaque semaine près de chez vous.



C'est 9 producteurs de Loire-Atlantique et 1 producteur du Morbihan.

C'est aussi un moyen de savoir d'où vient ce que l'on mange et même de connaître les producteurs qui nous fournissent.



C'est prendre le goût de cuisiner des produits variés et cultivés sans pesticides !

C'est soutenir et encourager de jeunes exploitants agricoles proches de chez vous qui investissent dans une culture respectueuse de l'environnement.



Qu'est-ce qu'une AMAP ?

C'est une Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne.

Ce sont des consommateurs qui prennent directement un contrat auprès d'un producteur pour recevoir chaque semaine un panier.

Où ? Place de la Manufacture.

Quand ? Les mercredis de 18h15 à 19h30.

Plus d'infos :

Mail : contact@amapdelamanu.fr

Internet : amapdelamanu.fr

En direct : distributions du mercredi

Permanences

Chaque « amapien » s'engage à réaliser au moins **une permanence obligatoire** par saison.

Cette permanence consiste à **être présent de 18h à 19h45** pour décharger, installer les tables, distribuer les produits et ranger en fin de distribution.

Les inscriptions se font lors du renouvellement du contrat légume ou par mail auprès de la coordinatrice des permanences : permanences@amapdelamanu.fr



Pains et Brioches

Alain Cerclé, paysan boulanger, cultive et sélectionne ses blés de variétés anciennes avant de les transformer en farine puis en pain ou en brioche, certifiés issus de l'agriculture biologique. Alain est installé individuellement, cultivant environ 4 ha de blé. Il est associé à Vincent Thomy, cultivant 12 ha de blé panifiable, ce qui lui permet d'être autonome en farine, évitant tout achat de blé. La farine moulue au moulin de Pannecé est ensuite transformée au Wagon, une association datant de 1995 qui a permis la création du fournil associatif.

Périodicité : 1 distribution par semaine
Choix : pain T80 500g 2.70€, 1kg 4.70€ / pain T110 500g 2.70€, 1kg 4.70€ / pain Sésame 500g 3.50€, 1kg 6.30€ / pain Graines 500g 3.90€ / Brioche 500g 5.50€
Producteur : Alain Cerclé, La Charrée, 44440 Pannecé
Coordinatrice : Anne Goestchel, annegoestchel@free.fr



Farine

Sébastien Collin est producteur de farines certifiées venant de l'agriculture biologique.

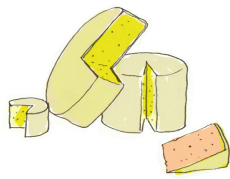
Régulièrement, il fait tourner son moulin pour produire de la farine de froment et de sarrasin (blé noir). Les blés écrasés sur meules de pierre sont issus de variétés anciennes (donc avec un gluten non modifié).

Périodicité : 1 livraison en février
Choix : Farine de blé T65, T80, T110 semi-complète, T150 complète : 500g 1.5€, 1 kg 2€, 5 kg 7.50€ / Farine de sarrasin : 500 g 2€, 1 kg 3€, 5 kg 12.50€
Producteur : Le Moulin de la Garenne, 44440 Pannecé
Coordinatrice : Célia Barrois, celiab_1@hotmail.com



Miel

La Toute Petite Ferme située à Trans sur Erdre, compte 1 Ha 36 en polyculture : apiculture, culture de petits fruits (et sylviculture).



Fromages de brebis et Yaourts

Les produits laitiers du GAEC de la Ferme du Moulin viennent des brebis issues du troupeau de brebis Lacaune nourries aux céréales, à l'herbe et au foin. Toute leur production est vendue en direct, sur les marchés de Nantes et d'Angers au Wagon (magasin de producteurs) et aux AMAPs.

Périodicité : 1 distribution par mois de janvier à juin
Choix : panier de 2 à 4 fromages 11€ / Yaourts 0.90€ / Faisselle 3.50€ / Fromage blanc 4.10€
Producteur : GAEC Ferme du Moulin, 44670 La Chapelle Glain
Coordinatrice : Delphine Michaud, brebis@amapdelamanu.fr



Champignons

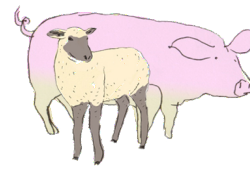
Anne Gagnic produit des champignons de Paris noisette, entièrement cultivés

et cueillis à la main dans une champignonnière artisanale. Cette culture n'exige pas de terre arable, puisqu'elle utilise des déchets agricoles (paille + fumier de cheval) transformés à leur tour, après la culture, en engrais et conditionneurs de sol de premier choix.

Périodicité : 1 distribution tous les 15 jours
Choix : à partir de 250 g à 9,60 € du kilo...
Producteur : Sarl Agaribreizh, 56500 Moustoir-Remungol
Coordonateur : Raphaël Fichet, champignons@amapdelamanu.fr

Leurs pratiques culturelles sont en conformité avec les normes de l'agriculture biologique (démarche de certification en cours).

Périodicité : 1 distribution tous les 3 mois
Choix : Miel 500g 8€, 1kg 15€ / Barres tendres fraise cassis ou framboise 5.80€ les 125g / Rubans de fruits fraise-coco 5.90€ les 70g
Producteur : La Toute Petite Ferme, 44440 Trans/Erdre
Coordonateur : Eric Blais, eric.blais63@gmail.com



Agneau, Porc et Boeuf

Le GAEC de la Ferme du Moulin compte environ 120 Ha de terres, dont environ 10 Ha de blé, 10 Ha de céréales et 100 Ha d'herbe. Elevage en plein air : d'agneaux Solognots (race en voie de conservation) élevés sous la mère et brebis nourries exclusivement à l'herbe et au foin ; de porcs Longué Bayeux (race menacée) nés et élevés sur place et nourris exclusivement avec des produits de la ferme ; de bœufs de race Jersiais nourris à l'herbe et au foin sur la ferme durant 4 ans.

Périodicité : 4 fois par an
Choix : colis Agneau 8kg 128€ / colis Merguez agneau 5kg 80€ / colis Porc 10 kg 130€ / colis Boeuf 10kg 140€
Producteur : GAEC Ferme du Moulin, 44670 La Chapelle Glain
Coordinatrice : Delphine Michaud, brebis@amapdelamanu.fr



Poulets

Anicia Marchand élève des poulets certifiés bio. 500 poussins âgés d'1 jour arrivent chaque mois sur l'exploitation, ils sortent dès leur 5ème semaine et sont abattus entre 13 et 17 semaines (contre 2400 à 4000 poussins et 12 semaines en Bio tradi.). Le poids des poulets varie en fonction de l'âge et de la saison. L'exploitation se compose de 25 Ha situés à Pornic. Dans les champs, où les poulets grandissent en plein air, 3 bâtiments mobiles leur servent de refuge. A Noël, on peut faire commande de volailles : chapon, poularde, pintade.

Périodicité : 1 livraison par mois
Choix : dodu environ 2.2kg 21€ / petit environ 1.5kg 14€, soit 9.70€ du kilo / Abats 4,50€ le kilo / Barquettes : 2 cuisses 16.5€/kg, 2 escalopes 24.90 €/kg, ailes 6.50 €/kg
Producteur : Anicia Marchand, Le Champ des Oiseaux, La Bresse 44210 Pornic
Coordinatrice : Cécile Leroux, poulet@amapdelamanu.fr



Sel

Bernard Thebault est salicteur en Baie de Bretagne.

Il produit et récolte à la main du sel marin de l'Atlantique sur un marais salant de 16 œillets. 2 types de sel sont proposés : le sel gris (ou gros sel), riche en oligoéléments, qui se forme sur les fonds d'argile de l'œillet et la fleur de sel, au parfum subtil, qui cristallise à la surface de l'eau des œillets sous la forme d'une fine pellicule, produite en petite quantité. Ces 2 sels séchés au soleil et au vent sont garantis sans aucun additif ni traitement d'aucune sorte.

Périodicité : 1 distribution en novembre
Choix : sel gris 1kg 1.90€ / 5kg 7.60€ / Fleur de sel 125g 2.80€ / sel à l'origan, piment ou algues marines 100g 3.80€
Producteur : Bernard Thebault, 44760 Les Moutiers en Retz
Coordonateur : Joël Riet, joel.riet@aliceadsl.fr



Vin et Jus de raisin

Benoît Chéreau est viticulteur à Monnières, en bio depuis 1992.

Les vignes sont cultivées conformément aux normes agrobiologiques, sans engrais chimiques, herbicides et pesticides, depuis 2007. La vinification s'effectue avec des levures indigènes. Superficie des vignes du Domaine : 12.5 Ha dont 12 Ha en Muscadet (Melon de Bourgogne) et 0.5 Ha en Vin de Pays (Cabernet Franc). Terroir: Sols sablo-limoneux sur gneiss altéré avec intrusions granitiques, amphibolites et argiles quaternaires.

Périodicité : 2 à 3 livraisons par an
Choix : Muscadet AOC Sèvre et Maine ou Vin de France (blanc ou rouge) entre 5€40 et 9€60 / Jus de raisin 3.60 €
Producteur : Benoît Chéreau, Domaine des Hauts Halés, 44690 Monnières
Coordinatrice : Aline Contival, aline.contival@gmail.com