

Violaine & Maxime vous proposent des farines élaborées à partir de céréales cultivées sur leur ferme, moulues sur place sur meule de granit (moulin type Astrié), qui donne une farine semi-complète très polyvalente (pâtisseries, pain, crêpes, etc...).

- **Farine de blés anciens** semi-complète (T80) conditionnée en paquets de 1kg, 3kg ou 5kg.

Il s'agit d'un mélange de blés de variétés paysannes du Sud-ouest (rouge de Bordeaux, bladette de Puylaurens ...) cultivés en mélange sur la ferme. Pauvres en gluten, mais riches en nutriments et surtout riches en goût !

- **Farine de petit-épeautre** semi-complète (T80), conditionnée en paquets de 1kg ou 3kg.

La farine de petit-épeautre est très pauvre en gluten, très digeste, riche en fibres et en acides aminés, ce qui permet de mieux assimiler les sucres lents : un concentré d'énergie ! Le goût du petit épeautre est incomparable, l'essayer c'est l'adopter !

L'adhérent.e est libre de la fréquence et de la composition de chacune de ses livraisons, avec un minimum de 5 paquets de farine par contrat.

Tableau des livraisons 2023/2024

Dates livraisons	11 sept.	9 oct.	13 nov.	11 déc.	8 jan.	12 fév.	11 mar.	8 avril	13 mai	10 juin
Jours	lundi	lundi	lundi	lundi	lundi	lundi	lundi	lundi	lundi	lundi
Farine petit épeautre 1kg (4,30 €)										
Farine petit épeautre - 3kg (12,50 €)										
Farine blés anciens 1kg (1,70 €)										
Farine blés anciens 3kg (5,00 €)										
Farine blés anciens 5kg (8,00 €)										
Total/mois										

Total pour la saison : €

Paiement : en 1 fois

en 3 fois (septembre/ janvier/ avril).

mensuellement

Les chèques seront libellés au nom de : **La ferme des Deux Rives**

Ils seront remis aux paysans au début de la saison, en septembre / janvier/avril ou chaque mois.

Dates, lieu et horaire de distribution :

La distribution se fera le lundi de 18h à 19h dans le hall Polyespace à St-Sulpice selon le calendrier précisé ci-après.

Contrat établi en deux exemplaires, un pour les Paysans, un pour l'Amapienne/l'amapien.

Fait à _____ le _____

Signatures : L'adhérente/adhérent

Les paysan·nes

Référent : Mathias et marie Manfroi -06 61 57 75 04 - amapstsul@gmail.com

Toutes les informations sur le site : <http://saintsulpice.reseauamaptarn.fr/>