

Depuis plus de trois ans déjà, l'Oasis la Coudraie propose ses divers produits aux mangeurs des Amaps du Bignon.

Peut-être ne les connaissez vous pas ? Vous trouverez donc ci-dessous un descriptif de nos grands classiques mais nous prévoyons aussi, dans les mois à venir, des dégustations pour vous faire découvrir nos nouveaux produits.

Mais tout d'abord qui sommes-nous ? L'oasis la Coudraie (<http://oasislacoudraie.wordpress.com>) est un lieu de vie collectif inspiré des "Oasis en tous lieux" de Pierre Rabhi et des principes de permaculture tels que : prendre soin de la Terre, des Humains, créer l'abondance et partager équitablement. Les 7 Ha de la Coudraie sont partagés entre champs, bâtiments de vie ou agricoles, arbres remarquables ou fruitiers, chemins creux et haies. Nos activités sont essentiellement liées aux cultures, à la rénovation des bâtiments par l'écoconstruction et à l'accueil de divers publics.

Notre activité est inscrite dans le cadre d'une certification BIO depuis mars 2015, nous sommes donc labellisés AB pour les cultures comme pour leur transformation.

Le contrat que nous vous proposons se présente sous forme d'une grille de choix qui vous permet tout au long de l'année de définir la composition de chaque panier.

Description des produits proposés

Box Ô fil des Saisons :

La formule Box vous propose une livraison régulière d'un produit surprise qui vous permet de découvrir nos produits y compris des productions limitées non proposées par ailleurs dans le contrat. Elle peut être associée à la commande d'autres produits du contrat.

Epicerie fine :

A base de châtaignes



La crème de marrons élaborée avec près de 60% de châtaignes, faiblement sucrée, la cuisson lente au feu de bois lui confère un goût confit proche du marron glacé.

La purée de châtaigne est réalisée avec uniquement des châtaignes et de l'eau puis stérilisée – un excellent accompagnement de plats salés.

Ses qualités nutritives ne sont plus à découvrir.

Les châtaignes fraîches à la saison – grosse, ramassées de la veille prêtes pour animer la flambée du début d'automne ou accompagner les volailles dans leur jus.

Les châtaignes au naturel – épluchées, glissées dans un bocal avec trois fois rien d'eau et stérilisées pour être prêtes à cuisiner au creux de l'hiver.

Le velouté de Courges & châtaignes – tout simplement onctueuse, nourrissante et très nature.

Les truffes – seulement 28% de chocolat, 50% de crème de marrons et 28% d'amandes, cette gourmandise de Noël ne contient aucune matière grasse animale ou de lactose. Petit bémol : on en reprend ;-)

A base d'orties ou autres plantes naturelles comestibles



Le pesto d'orties en pot de 100gr ou de 180 gr pour tartiner en apéro à la façon d'un houmous ou guacamol ou simplement en accompagnement des crudités, il vous apportera tous les nutriments précieux de cette plante miracle. Il est préparé à partir d'orties fraîches cueillies du jour, d'ail frais et d'huile d'olive en provenance directe d'Andalousie.

Le pesto de plantain (nouveau) avec ses vertus médicinales (protection des voies respiratoires) libère une saveur plus champêtre et se consomme de la même façon.

Le Gomasio à l'ortie – graines de sésame rôties au sel, la poudre d'orties séchée y est ajoutée après refroidissement pour conserver toutes ses qualités – Il assaisonnait agréablement vos plats de pâtes ou vos crudités.

A base de fruits



La gelée de pétales de pissenlit, préparée à partir des pétales de la fleur qui lui confèrent une merveilleuse robe dorée et des agrumes pour offrir une marmelade originale.

La gelée de fleurs de sureau préparée à partir d'une macération froide des fleurs libère tout l'arôme envoûtant des ombelles de cette plante sauvage délicate.

La gelée de baies de sureau – gelée de fruits rouges au goût unique.

Les Confitures de prunes rouges ou jaunes, moins onéreuses et tout aussi savoureuses, vous dispenseront des confitures du commerce trop riches en sucre pour accommoder les crêpes ou les tartines de tous les jours.

Le cuir de fruit – produit l'été à partir des fruits du jardin fraîchement cueillis ou ramassés, cuits ou crus, faiblement sucrés, nouveauté de 2019 il sera décliné en 2020 sous différentes formes à partir de septembre.

Sucré / salé

Le Pickles de tomates vertes préparé à partir de tomates vertes récoltées entre décembre et janvier accommodées d'oignons, d'épices de vinaigre et de sucre transformera le plat le plus ordinaire en un plat succulent - excellente conservation s'utilise comme une sauce pour un plat chaud, un assaisonnement de salade ou pour agrémenter la garniture d'une quiche. Remporte un franc succès !

Le Chutney aux fruits de saison, autre préparation à partir de tomates vertes, confit aigre doux, grâce à la présence des poires, pommes, coings ou nashis en plus des fruits secs, apporte une saveur exotique à un riz nature par exemple.



Le Kombucha :

Inclassable, c'est la boisson de l'apéritif raisonnable et pétillant mais les plus avertis le consomment à jeun pour débiter la journée. Préparé à base de thé noir à la bergamote, probiotique reconnu, son arôme d'abricot est un mystère de l'alchimie des boissons fermentées.

Et comme on dit souvent à l'Oasis la Coudraie : Humm.....

A bientôt !