



LE COMPTOIR AFRICAIN

Un autre commerce, un autre monde ...

La lettre d'information du mois.

A l'attention de «Last» «First»

Vous pouvez retrouver toutes nos lettres d'information [ici](#).

Année 1

Volume 7

Juillet 2014

Quelques mots ...

Bio, certifié Bio, responsable ?

La question nous est souvent posée:

« Vos produits sont-ils 'bio' ? »

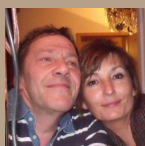
Etre certifié 'bio' a un coût.

Et le Comptoir Africain privilégie les petits producteurs, qui soit, hélas, n'ont pas les moyens de « s'offrir » la certification 'bio', ou, pour les autres préfèrent investir dans des moyens de produire naturellement, plutôt que dans l'obtention d'une certification, certification dont le coût, de plus, ne ferait qu'augmenter le prix final du produit. Mais ces petits producteurs, que nous connaissons, dont nous savons qu'ils ne mettent pas de crasses sur leurs produits et produisent de manière naturelle, nous qualifions leurs produits de « responsables ».

Donc ...

Certains de nos produits sont certifiés 'bio'.

Quand aux autres, ils sont issus d'une culture « responsable », ce qui, à nos yeux, est la même chose.



Epicement vôtres,

Geneviève et Bernard

Les nouvelles

🕒 A l'occasion des 10 ans de [Mmmmh!](#), nous figurons dans [les Carnets Paris Match du 12 juin 2014](#) :-)



🕒 Le Comptoir Africain sera fermé du mercredi 9 juillet au mardi 22 juillet inclus. Et donc ... n'oubliez pas de nous envoyer vos commandes avant le 6 juillet !



Nouveaux produits

Notre mélange du trappeur !

La légende dit que ce mélange est le fruit de la maladresse d'un trappeur qui a renversé du sel dans son sucre d'érable.



Voyez [tous nos produits](#) en ligne.

Le coup de cœur du mois

En toute modestie ? Notre coup de cœur du mois, c'est cette idée géniale (si, si, j'insiste) qui nous a traversé l'esprit (et y est restée !) de rajouter, au dos de nos sachets Kraft, une recette qui utilise l'ingrédient contenu.

Donc, dès aujourd'hui, chaque sachet Kraft qui sort de notre atelier affichera fièrement une recette.

Elle est pas belle, la vie ?

Le « Truc de Gene » du mois

Pour que vos baies de Goji soient bien rouges et pulpeuses, en garniture de plats, couscous, poulet au Colombo, faites-les tremper pendant 5 minutes dans de l'eau tiède.

Quelques fruits et légumes du mois

Pour ce mois de juillet, voici la liste:

Légumes

Ail, Artichaut, Aubergine, Bette, Bette-rave rouge, Brocoli, Carotte, Chou Romanesco, Chou blanc, Chou frisé, Chou rouge, Chou-chinois, Chou-fleur, Chou-rave, Cima di Rapa, Concombre, Courgette, Céleri, Céleri branche, Epinard, Fenouil, Haricot, Laitue romaine, Maïs, Navet, Oignon, Petit oignon blanc, Pois mange-tout,

Poivron, Pomme de terre, Potiron, Pâtisson, Radis, Radis long, petit pois

Fruits

Abricot, Airelle, Avocat, Banane, Cassis, Cerise, Citron, Fraise, Framboise, Fruit de la passion, Groseille, Groseille à maquereau, Kiwi, Litchi, Mangue, Melon, Myrtille, Mûre, Nectarine, Papaye, Pastèque, Prune, Pêche, Quetsche, Tomate

Les recettes du mois

🕒 **Plat:** Rougail saucisses ([La recette ici](#))

🕒 **Entrée:** Bouchées aux baies de Goji ([La recette ici](#))

🕒 **Dessert:** Salade de fruits aux épices ([La recette ici](#))

Un peu de lecture ...

🕒 A propos du [bicarbonate de soude](#)

🕒 La [spiruline](#), l'algue 100% bienfaits

🕒 Le [vinaigre blanc](#), trucs et astuces

C'est quand qu'on sera où

Vacances obligent,

🕒 Le 5 juillet, présentation produits à [La Barrique](#) à Nalinnes. Venez nous y retrouver, pour une présentation de rhums par La Barrique et de nos épices.

Vous désinscrivez :-)

Ce serait dommage mais c'est possible ... [en cliquant ici](#).

