

Recette

Chili con tofu pour un-e BIO 400g

Haricots rouges*, Tofu* (16%), Tomates*, Petit épeautre*, Oignons*, Carottes*, Ail*, Huile d'olive*, Epices*, Sel de mer.

*Produits issus de l'agriculture biologique.

La Bocale aux potimarrons BIO 400g

Potimarron*(35%), Pois chiche*(17%), Quinoa*(7%), Graines de courge*, Huile d'olive*, Ail*, Romarin*(0,7%), Sel de mer, Poivre noir*.

*produits issus de l'agriculture biologique.

La Bocale Courgettes & tofu au romarin BIO 400g

Courgettes* (50%), Tomates*, Tofu* (15%), Epeautre*, Oignons*, Huile d'olive*, Ail*, Sel de mer, Piment*, Romarin*.

*produits issus de l'agriculture biologique.

La Bocale d'Aubergines & tofu à l'orientale BIO 400g

Aubergines* (60%), Tofu*, Quinoa*, Oignons*, Huile d'olive*, Citron*, Jus de citron*, Citron*, Raisins secs*, Sel de mer*, Gingembre*, Curcuma*, Curry*, Ail*.

*Produits issus de l'agriculture biologique.

La Bocale à la fondue de poireaux au gingembre BIO 400g

Poireaux*, Carottes*, Boisson d'avoine, Pommes de terre*, Quinoa*, Huile d'olive*, Jus de citron*, Gingembre*, Sel de mer, Poivre noir*.

*Produits issus de l'agriculture biologique.

Couscous Poulet BIO 400g

Poulet*, Carottes*, Courges*, Navets*, Oignons*, Pois chiches*, Raisins*, Purée de tomate*, Huile d'olive*, Sel de mer, Paprika*, Curcuma*, Gingembre*, Coriandre*, Cannelle*, Poivre noir*.

*Produits issus de l'agriculture biologique.

Coucous Végétarien BIO 400g

Carottes*, Courgettes*, Navets*, Oignons*, Pois chiche*, Raisins secs*, Purée de tomate*, Huile d'olive*, Sel de mer, Paprika*, Curcuma*, Gingembre*, Coriandre*, Cannelle*, Poivre noir*.

*Produits issus de l'agriculture biologique.

La Bocale aux shiitakés BIO 400g

Shiitakés*, Vin blanc*, Lentilles*, Epeautre*, boisson d'avoine*, Oignons*, Huile d'olive*, Jus de citron*, Sel de mer, Poivre noir*.

*Produits issus de l'agriculture biologique.

Chili con tofu à partager BIO 700g

Haricots rouges*, Tofu* (12%), Tomates*, Oignons*, Carottes*, Ail*, Huile d'olive*, Epices*, Sel de mer.

*Produits issus de l'agriculture biologique.

Pois chiche au naturel BIO 450g

Pois chiches*, Sel de mer.

*Issus de l'agriculture biologique.

Haricots rouges au naturel BIO 450g

Haricots rouges*, Sel de mer.

*Issus de l'agriculture biologique.

Crème chocolat noir BIO 100g

Courge Butternut*, Chocolat noir* (18%), Préparation aux AMANDES*, Sucre roux*.

*Produits issus de l'agriculture biologique.

Crème chocolat blanc aux zestes d'agrumes BIO 100g

Courge Butternut*, Chocolat blanc* (18 %), Préparation aux AMANDES*, Sucre roux*, zestes d'agrumes* (0,5 %).

*Produits issus de l'agriculture biologique.

Les livraisons se font en caisse de 15 pour les plats et légumineuses (panachage possible) et de 12 pour les desserts. Les caisses peuvent être laissées sur place pour faciliter le stockage des retours de bocaux consignés mais elles restent la propriété de La Bocale.