

VÉGÉTARIEN 2025

Burger d'Avocat



Buns Noir



Goma Wakame (algues et sésame)



Edamame



Chers Clients,

Laissez-vous inspirer par notre gamme végétarienne et végétalienne pour varier vos plats.

Que cela soit par conviction ou envie de changement occasionnel, les clients sont toujours plus nombreux à vouloir du végétarien et du végétalien,

Nous apportons une grande importance à la sélection de nos produits pour vous satisfaire au maximum. Nous vous remercions de votre fidélité et notre équipe sera toujours à votre écoute afin de répondre au mieux à vos demandes,

BOLAY SA

Les informations nutritionnelles sont données à titre indicatif - l'emballage de l'article fait foi.

Les tailles des produits en cm sont données à titre indicatif, ils peuvent légèrement varier d'un produit à l'autre.

Les informations relatives à la cuisson sont données à titre d'information, elles peuvent varier selon le type de four utilisé.

Les photos du catalogue ne sont pas contractuelles, l'assortiment peut varier au cours de l'année.

Certains prix peuvent varier en cours d'année selon les fluctuations du marché.

Impression septembre 202

SOMMAIRE

PRODUITS À BASE DE QUORN

QUORN 4

PRODUITS À BASE DE LÉGUMES

BOULETTES, NUGGETS ET CROQUETTES VÉGÉTARIENS 5-7

LARDONS DE BETTERAVE 5

BABA GHANOUSH 9

BURGERS VÉGÉTARIENS 10-11

GARDEN GOURMET 12

GALETTES VÉGÉTARIENNES BIO 14-15

ESCALOPES VÉGÉTARIENNES FARCIES (CORDONS BLEUS) 16

ESCALOPES, BURGERS VÉGÉTARIENS 17

PRODUITS À BASE DE LÉGUMINEUSES

BOULETTES 5-6

FALAFELS 8

BURGERS VÉGÉTARIENS 10-11

HOUMOUS 9

SUBSTITUTS DE VIANDE

BOULETTES 6

BURGERS VÉGÉTALIENS 10

GARDEN GOURMET 12

ESCALOPES VÉGÉTARIENNES 15

SAUCISSES VÉGÉTARIENNES 17

VIANDE VÉGÉTALIENNE 18-24

BEYOND BURGER 18

HAPPY VEGAN 18

GREEN MOUNTAIN 20-21

ÉMINCÉS VÉGÉTARIENS 22

PRODUIS PLANTED.FOOD 23

PRODUITS HEURA 24

PLANT BASED EGG

OEUF VEGAN 19

PRODUITS À BASE DE SEITAN

EGRENE DE SEITAN BIO 14

EMINCÉ DE SEITAN 26

PRODUITS À BASE DE JACKFRUIT

JACKFRUIT 27

TEMPEH

TEMPEH DE POIS CHICHES BIO 28

PRODUITS À BASE DE TOFU

TOFU 28

DIVERS ET ACCOMPAGNEMENT

BOULANGERIE VEGAN 29

DESSERTS VEGAN 30-31

QUORN



Quorn

Protéines
≥10%

Emincé Quorn™

Art. 5300, carton de 5 kg (5x1 kg)
Cuisson à la poêle: 6-9 min à feu moyen dans un peu d'huile.

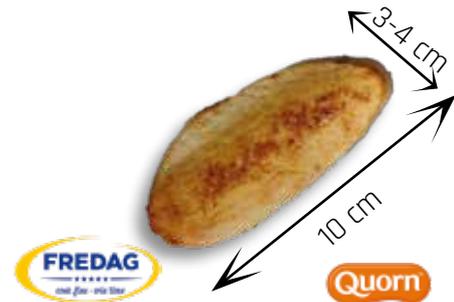
99 kcal / 417 kJ / Protéines 14 / Matières grasses 2,6 / dont AG sat. 0,80 / HC 1,7 / dont sucres 0,6 / Sel 0,79 / Fibres 7,1



Quorn



Protéines
≥10%



Quorn

Protéines
≥10%

Escalope nature Quorn™, env. 55 gr

Art. 5305, carton de 5 kg (5x1 kg),
Cuisson à la poêle: 12-14 min à feu moyen dans un peu d'huile.

86 kcal / 360 kJ / Protéines 12 / Matières grasses 1,5 / dont AG sat. 0,5 / HC 4 / dont sucres 0,5 / Sel 0,80 / Fibres 5

Escalope panée de Quorn™, env. 75 gr

Art. 5301, carton de 5 kg (5x1 kg),
Cuisson à la poêle (feu moyen dans un peu d'huile): 3 à 4 minutes de chaque côté. Cuisson au four à 180°C: 12 à 15 minutes.

225 kcal / 940 kJ / Protéines 10 / Matières grasses 12 / dont AG sat. 1,5 / HC 17 / dont sucres 2 / Sel 1 / Fibres 5



Quorn

Protéines
≥10%

Quorn™ haché

Art. 5304, carton de 6 kg (4x1,5 kg),
A la poêle: faire frire dans l'huile à feu moyen pendant 15 à 16 minutes.

92 kcal / 384 kJ / Protéines 13 / Matières grasses 1,7 / dont AG sat. 0,5 / HC 2,3 / dont sucres 0,1 / Sel 0,14 / Fibres 7,5



Les produits Quorn sont composés de mycoprotéines. La mycoprotéines est une source saine et nutritionnelle de protéines qui ne contient pas de viande et qui a une faible teneur en graisses saturées et une forte teneur en fibres.

BOULETTES, NUGGETS & CROQUETTES

VEGAN

SANS
GLUTEN

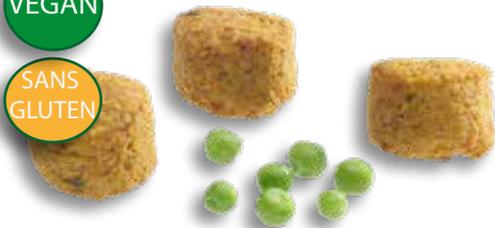


Manchurian balls indiens, env. 12 gr

Art. 7267, carton de 6 sachets de 1 kg
(vente au sachet possible), (env. 83 pièces/sachet, 500 pces/ct)
Un plat indien élaboré à partir de chou et autres légumes. Cuisson au four 200 °C: 7 min ou à la poêle 2-3 min. Produit en Suisse avec des ingrédients suisses.
202 kcal / 844 kJ / Protéines 4.3 / Matières grasses 8.7 / dont AG sat. 0.7 / HC 26 / dont sucres 1.7 / Sel 1.3 / Fibres NC

VEGAN

SANS
GLUTEN



Boulette Quinoa Légumes Mix, 12gr

Art. 7284, carton de 6 kg (6x1 kg), (env. 500 pièces)
Produit dégelé, cuisson au four 200°C: env. 7 min. Quinoa, carottes, pommes de terre, courgettes, petits pois.
Fabriqué en Suisse avec des produits suisses et de la quinoa de Bolivie ou Pérou et pois chiches de Turquie.
257 kcal / 1074 kJ / Protéines 7.4 / Matières grasses 10.42 / dont AG sat. 0.7 / HC 34 / dont sucres 2.8 / Sel 0.07 / Fibres 3.13



Bouchées BIO méditerranéennes (env. 28 gr)

Art. 5343, carton de 2x1,5 kg
Poêle: faire cuire les boulettes surgelées dans un peu de graisse à feu moyen pendant 12-15 minutes en les retournant plusieurs fois.
Four combiné: préchauffer le four, faire chauffer les boulettes surgelées à 180 °C (air chaud) pendant 8 à 10 minutes.
****A commander 3 jours ouvrables en avance.**
229 kcal / 958 kJ / Protéines 11 / Matières grasses 9,5 / dont AG sat. 1,9 / HC 23 / dont sucres 2 / Sel 1 / Fibres 3,6

VEGAN



Pakorras aux Légumes, 20-30gr

Art. 7263, carton de 5 kg (2x2,5 kg)
Beignet de légumes frais. plat typique indien qui célèbre les moussons par l'abondance de ses légumes et la chaleur de sa cuisson. Cuisson au four (180°C): 6 min. Produit en Suisse avec des ingrédients suisses.
244 kcal / 1019 kJ / Protéines 6.3 / Matières grasses 13 / dont AG sat. 0.9 / HC 23 / dont sucres 4.2 / Sel 0.95 / Fibres NC

NOUVEAU



VEGAN

Bhajis aux oignons (env. 20 gr)

Art. 7629, carton de *6x1 kg
*(vente possible par sachet de 1 kg, 50 pces de 20 gr)
Bouchées aux oignons frites.
Cuisson au four à 180°C: env. 10 min à mi-hauteur sur une grille recouverte de papier cuisson. Air fryer: sortir réchauffer en mode air fryer à 200°C pendant 6 minutes sur une grille.
204 kcal / 854 kJ / Protéines 5,5 / Matières grasses 10 / dont AG sat. 4,1 / HC 22 / dont sucres 4,5 / Sel 0,7 / Fibres 3,8

VEGAN



Bouchées BIO à l'avoine et légumes (env. 28 gr)

Art. 5344, carton de 2x1,5 kg
Produit végétalien avec des légumes, frit, surgelé.
Poêle: faire cuire les boulettes surgelées dans un peu de graisse à feu moyen pendant 12-15 minutes en les retournant plusieurs fois. Four combiné: préchauffer le four, faire chauffer les boulettes surgelées à 180 °C (air chaud) pendant 8 à 10 minutes. Friteuse: Faites frire les nuggets surgelés à 170 °C pendant 4 minutes. Astuce: Une fois décongelé, le temps de préparation est réduit d'environ 3 à 4 minutes.
****A commander 3 jours ouvrables en avance.**
208 kcal / 871 kJ / Protéines 10 / Matières grasses 8,4 / dont AG sat. 0,9 / HC 21 / dont sucres 2,5 / Sel 1 / Fibres 4,1

BOULETTES, NUGGETS & CROQUETTES



Boulette de lentilles et quinoa farcies, env 20 gr

Art. 9135, carton de 5 kg (5x1 kg)

Boulettes farcies au yaourt. Cuisson à la poêle: Faire revenir les boulettes encore congelées à feu moyen pendant env. 7-9 minutes ou cuire les boulettes encore congelées au combi-vapeur (160°C, vapeur 90%) env. 7-8 minutes.

178 kcal / 746 kJ / Protéines 6,2 / Matières grasses 4,3 / dont AG sat. 0,8 / HC 25 / dont sucres 3,3 / Sel 1,1 / Fibres 7,1



Boulette de légumes, env 20 gr

Art. 9136, carton de 5 kg (5x1 kg)

Boulettes à base de brocoli, petits pois, carottes, maïs, poireaux, oignons et poivrons. Cuisson à la poêle: Faire revenir les boulettes encore congelées à feu moyen pendant env. 7-9 minutes ou cuire les boulettes encore congelées au combi-vapeur (160°C, vapeur 90%) env. 7-8 minutes.

161 kcal / 674 kJ / Protéines 4,9 / Matières grasses 4,2 / dont AG sat. 0,6 / HC 22 / dont sucres 5,8 / Sel 1,1 / Fibres 7,7



VEGAN



sur commande

Boulette d'Okara BIO, env 18 gr

**Art. 9140, carton de 3 kg (3x1 kg), (env. 166 pces)

A la poêle: faire revenir à feu moyen dans un peu d'huile en retournant plusieurs fois env. 11-14 minutes (décongelé: 8-11 minutes); au four: faire cuire au four préchauffé (200°C) sur une plaque sans matière grasse env. 9-12 minutes (décongelé: 5-8 minutes).

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

165 kcal / 690 kJ / Protéines 5,6 / Matières grasses 8,4 / HC 13 / dont sucres 1,5 / Sel 1,3 / Fibres 5,7



VEGAN



Boulettes végétaliennes, env. 20 gr

Art. 5321, carton de 5 kg (5x1 kg), (env. 250 pces)

Boulettes véganes à base de protéines de soja et de froment.

196 kcal / 821 kJ / Protéines 22 / Matières grasses 8,4 / dont AG sat. 0,6 / HC 5,3 / dont sucres 2,7 / Sel 1,6 / Fibres 5,7



sur commande

Boulettes riz Thai, env. 22 gr

**Art. 9128, carton de 5,25 kg (env. 238 pièces),

Boulette végétarienne à base de légumes au riz basmati et avec une panure au coco.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

247 kcal / 1032 kJ / Protéines 3,6 / Matières grasses 12 / dont AG sat. 4,1 / HC 30 / dont sucres 3,4 / Sel 0,73 / Fibres 2,1



NOUVEAU



sur commande

Mini Végé balls (boulettes de légumes), env. 18 gr

**Art. 7232,3, carton de 2x1,5 kg (env. 166 pièces),

Boulette végétarienne à base de légumes (maïs, carottes, pois, oignons, poivrons) et protéines végétales (soja et blé)

**A commander 3 jours ouvrables en avance.
243 kcal / 1016 kJ / Protéines 9,6 / dont AG sat. 1,1 / HC 24 / dont sucres 3,3 / Sel 1 / Fibres 3,4

BOULETTES, NUGGETS & CROQUETTES



Protéines
≥10%

VegiFit Golden Nuggets 25 gr

Art. 5405, carton de 5 kg (5x1 kg)
Nuggets végétariens à base de protéines de soja et de froment.

235 kcal / 984 kJ / Protéines 16 / Matières grasses 9.7 / dont AG sat. 0.7 / HC 19 / dont sucres 1.3 / Sel 1.6 / Fibres 3.7



Fingers de légumes vegan (croquettes)

Art. 9143, 118x38 gr
Carottes, petits pois, chou-fleur, haricots, brocoli, oignons.
Cuire à la poêle (encore congelés), à feu moyen, environ 5-6 min de chaque côté dans un peu d'huile, à la friteuse 170°C environ 3-4 minutes, au four, environ 7 min dans un four préchauffé à 200°C.
175 kcal / 735 kJ / Protéines 8.4 / Matières grasses 6.3 / dont AG sat. 0.7 / HC 20 / dont sucres 2.7 / Sel 0.9 / Fibres 2.2

VEGAN



Protéines
≥10%

Kubbeh, 50 gr

Art. 7741, carton de *3 sachets de 1 kg, (*vente au sachet possible), env. 20 pièces de 50 gr/sachet,
Frire les boulettes environ 6 minutes à la friteuse. Le produit se conserve 10 jours à 5°C.

218 kcal / 912 kJ / Protéines 15.4 / Matières grasses 6.8 / dont AG sat. 0.8 / HC 32.3 / dont sucres 4.9 / Sel 2.1



Protéines
≥10%

sur commande

Nuggets végétariens 25 gr

**Art. 5405.1, carton de 4,5 kg (3x1,5 kg)
Nuggets végétariens à base de protéines de soja.
Autocuiseur combiné à vapeur : Préchauffer, nuggets surgelés à 180 °C (air chaud) env. 12-15 min. Friteuse: Frire les nuggets surgelés à 175 °C pendant 3-4 min. Poêle à frire: Faire cuire les nuggets congelés à niveau moyen et faites-les cuire env. 3-4 min. de chaque côté.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

194 kcal / 815 kJ / Protéines 11 / Matières grasses 7.4 / dont AG sat. 0.5 / HC 19 / dont sucres 1.3 / Sel 1.5 / Fibres 3.9



VEGAN



sur commande

Cevapcici végétarien

**Art. 5309, carton de 3 kg, env. 93 pièces de 35 gr,
Légèrement épicé (pas adapté pour les enfants). Réchauffer env. 10 min. à la poêle ou au 7-9 min. au four 200°C.
A base de soja et de protéines de froment. Produit en Suisse.
**A commander 3 jours ouvrables en avance.
191 kcal / 800 kJ / Protéines 18 / Matières grasses 10.1 / dont AG sat. 0.8 / HC 3.8 / dont sucres 1.7 / Sel 1.9 / Fibres 6.5

FALAFELS

SANS
GLUTEN

VEGAN



Falafel, 12 gr

Art. 7223, carton de 6 sachets de 1 kg
(vente au sachet possible, env. 83 pièces/sachet), (env. 500 pièces/carton)
Produit en Suisse avec des ingrédients suisses, sauf les pois chiches de Turquie.
Cuisson (dégelé) au four 200°C: 7 min ou 3 min. à la poêle.
284 kcal / 1180 kJ / Protéines 9 / Matières grasses 16 / dont AG sat. 1 / HC 21 / dont sucres 1.5 / Sel 1.7 / Fibres 10

SANS
GLUTEN

VEGAN



Falafel aux Epinards, 12 gr

Art. 7261, carton de 6 sachets de 1 kg
(vente au sachet possible, env. 83 pièces/sachet), (env. 500 pièces/carton)
Produit en Suisse avec des ingrédients suisses, sauf les pois chiches de Turquie.
Cuisson (dégelé) au four 200°C: 7 min ou 3 min. à la poêle.
254 kcal / 1080 kJ / Protéines 7 / Matières grasses 14 / dont AG sat. 0,8 / HC 25 / dont sucres 0,9 / Sel 1,3 / Fibres 5,6

PRODUIT
DE
SAISON

SANS
GLUTEN

VEGAN



Falafel à la Courge, 12 gr

Art. 7264.1, carton de 6 sachets de 1 kg
(vente au sachet possible, env. 83 pièces/sachet), (env. 500 pièces/carton)
Produit en Suisse avec des ingrédients suisses, sauf les pois chiches de Turquie.
Cuisson (dégelé) au four 200°C: 7 min ou 3 min. à la poêle.
152 kcal / 631 kJ / Protéines 4,5 / Matières grasses 10,2 / dont AG sat. 0,9 / HC 10 / dont sucres 1,2 / Sel 0,94

Disponible en automne
uniquement

SANS
GLUTEN

VEGAN



Falafel à la Betterave, 12 gr

Art. 7260, carton de 6 sachets de 1 kg
(vente au sachet possible, env. 83 pièces/sachet), (env. 500 pièces/carton)
Produit en Suisse avec des ingrédients suisses, sauf les pois chiches de Turquie.
Cuisson (dégelé) au four 200°C: 7 min ou 3 min. à la poêle.
301 kcal / 1280 kJ / Protéines 7 / Matières grasses 15 / dont AG sat. 0,7 / HC 30 / dont sucres 1,8 / Sel 1,5

SANS
GLUTEN

VEGAN



Falafel à la Patate douce, 12 gr

Art. 7264, carton de 6 sachets de 1 kg
(vente au sachet possible, env. 83 pièces/sachet), (env. 500 pièces/carton)
Produit en Suisse avec des ingrédients suisses, sauf les pois chiches de Turquie.
Cuisson (dégelé) au four 200°C: 7 min ou 3 min. à la poêle.
206 kcal / 858 kJ / Protéines 4,3 / Matières grasses 13 / dont AG sat. 1 / HC 17 / dont sucres 3,1 / Sel 1,1 / Fibres NC



HOUMOUS, BABA GHANOUSH

SANS
GLUTEN

VEGAN



Houmous

Art. 7216, carton de 12 barquettes de 500 gr, 19.80/kg

(vente à la barquette possible)

Une purée de pois chiche et de tahiné (purée de sésame).

Produit en Suisse avec des ingrédients suisses et les pois chiches de Turquie.

153 kcal / 650 kJ / Protéines 7.9 / Matières grasses 11.4 / dont AG sat. 1.9 / HC 4.6 / dont sucres 0.3 / Sel 0.58

SANS
GLUTEN

VEGAN



Houmous à la Betterave

Art. 7215, carton de 12 barquettes de 500 gr, 20.50/kg

(vente à la barquette possible)

Une purée de pois chiche et de tahiné (purée de sésame).

Produit en Suisse avec des ingrédients suisses et les pois chiches de Turquie.

153 kcal / 650 kJ / Protéines 7.9 / Matières grasses 11.4 / dont AG sat. 1.9 / HC 4.6 / dont sucres 0.3 / Sel 0.58

En apéritif sur du pain pita, des blinis, des bagels, des galettes au zaatar, des galettes de riz, du pain grillé, des chips de tortilla, des crackers, des gressins... En diner, avec des crudités, des falafels, des légumes grillés, des salades composées, de la viande, du poisson, des fruits de mer...

SANS
GLUTEN

VEGAN



Baba Ghanoush

Art. 7268, carton de 12 barquettes de 500 gr, 8,50/barquette

(vente à la barquette possible)

Une purée d'aubergines fumée mélangée à du tahini (purée de sésame).

Produit en Suisse avec des ingrédients de Turquie.

101 kcal / 429 kJ / Protéines 3.6 / Matières grasses 7.4 / dont AG sat. 0.9 / HC 4.8 / Sucre 0.4 / Sel 1.1



BURGERS



Ø
11 cm
env. 1,3 cm



Burger végétarien pané BIO, 100 gr

Art. 9131, carton de 5 kg (5x1 kg), (env. 50 pièces/carton) (env. 1.65/pce),

Uniquement le burger. Burger à base de légumes et pommes de terre. Cuisson au four 200°C: 10-15 min.

223 kcal / 933 kJ / Protéines 5.1 / Matières grasses 10 / dont AG sat. 3.3 / HC 26 / dont sucres 4.7 / Sel 1.5 / Fibres 4.3



VEGAN

Ø
10 cm
env. 1,3 cm

Protéines
≥10%

Burger végétalien avec marques du grill, 100 gr

Art. 9137, carton de 5 kg (5x1 kg), (env. 50 pièces/carton) (env. 1.62/pce),

Uniquement le burger. Burger à base de protéines de soja et de froment. Cuisson au four 200°C: 10-15 min.

166 kcal / 692 kJ / Protéines 15 / Matières grasses 9.3 / dont AG sat. 3.5 / HC 3.6 / dont sucres 1.6 / Sel 1.1 / Fibres 4



Ø
env. 9 cm
env. 1 cm



Burger Epeautre, Tomates, Provolone, 125 gr

Art. 9127, carton de 42 pièces de 125 gr, pané

272 kcal / 1137 kJ / Protéines 8.8 / Matières grasses 14 / dont AG sat. 2.6 / HC 26 / dont sucres 4.1 / Sel 1.1 / Fibres 3.4



Ø
env. 9 cm
env. 1 cm



sur commande

Burger Quinoa et Chili, 125 gr

**Art. 9125, carton de 42 pièces de 125 gr, pané

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

253 kcal / 1056 kJ / Protéines 6 / Matières grasses 13 / dont AG sat. 1 / HC 26 / dont sucres 2.8 / Sel 1 / Fibres 3.9



Ø
env. 9 cm
env. 1 cm



sur commande

Burger Boulgour et Légumes, 125 gr

**Art. 9126, carton de 42 pièces de 125 gr, pané

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

250 kcal / 1043 kJ / Protéines 7.4 / Matières grasses 14 / dont AG sat. 2.6 / HC 22 / dont sucres 1.3 / Sel 1 / Fibres 3.1



Ø
env. 9 cm
env. 1 cm



sur commande

Burger Féta, Riz et Olives, 125 gr

**Art. 9124, carton de 28 pièces de 125 gr, pané

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

Galette végétarienne à base de riz, farine de blé, poivrons doux, oignons et olives, cuite et surgelée.

Préparation: env. 12 min. à la poêle, 8 min. à la friteuse 170°C, 18 min. au four 180°C.

254 kcal / 1067 kJ / Protéines 6 / Matières grasses 10 / dont AG sat. 2.4 / HC 34 / dont sucres 2.9 / Sel 1 / Fibres 2.1

BURGERS



Burger Edmamae et Avocats, env. 112.5 gr

Art. 5351, carton de 5x1 kg (env. 45x112,5 gr)
Cuisson à la friteuse 175°C: 3,5-4 min. ou au four 220°C 15-18 min.

225 kcal / 945 kJ / Protéines 8,4 / Matières grasses 10,7 / dont AG sat. 2,3 / HC 24 / dont sucres 1,8 / Sel 1,08 / Fibres 2,3



Burger Quinoa et Légumes Mix, 100 gr

Art. 7283, carton de 60 pièces de 100 gr,

Burger végétalien à base de quinoa, carottes, pommes de terre, courgettes, petits pois.

Cuisson au four (après décongélation) 200°C: 7 min
208 kcal / 883 kJ / Protéines 4,4 / Matières grasses 10 / dont AG sat. 0,1 / HC 25 / dont sucres 0,5 / Sel 0,6



Burger au Potiron

Art. 7783, carton de 60 pièces de 100 gr.

Cuisson au four (après décongélation) 200°C: 7 min (disponible uniquement en automne)

152 kcal / 631 kJ / Protéines 4,5 / Matières grasses 10,2 / dont AG sat. 0,9 / HC 10 / dont sucres 1,2 / Sel 0,94

Disponible en automne uniquement



Burger d'Avocats, 125 gr

Art. 7286, carton de 5x1 kg (env.40 pièces de 125 gr).

Légèrement épicé avec du jalapeño.

Cuisson au four 200°C: 15-18 min.

Cuisson à la friteuse 180°C: 4-4,5 min.
241 kcal / 1009 kJ / Protéines 5,7 / Matières grasses 11,8 / dont AG sat. 2,5 / HC 27,8 / dont sucres 2,1 / Sel 0,93 / Fibres 3,4



Burger Quinoa, Betterave et Maïs, 100 gr

Art. 7282, carton de 60 pièces de 100 gr,

Burger végétalien à base de quinoa, pommes de terre, maïs betterave.

Cuisson au four (après décongélation) 200°C: 7 min
202 kcal / 860 kJ / Protéines 4,1 / Matières grasses 10 / dont AG sat. 0,1 / HC 24 / dont sucres 0,5 / Sel 0,5



Pané de blé, fromage et épinards, 100 gr

Art. 5327, carton de 5 kg (2x2,5 kg), env. 47 pièces de 100 gr, env. 1,26/pce

Cuisson au four (sans décongélation): 180°C 10-15 min.

250 kcal / 1043 kJ / Protéines 14 / Matières grasses 13,8 / dont AG sat. 2,4 / HC 16 / dont sucres 1,8 / Sel 0,57 / Fibres 2,8

GARDEN GOURMET

Garden Gourmet (80 gr) Pavé Tomates & Mozzarella

Art. 5360, 6,5kg

Cuisson produit congelé: 6 - 8 mins dans une poêle, ou 12 - 15 mins au four à 180 °

Cuisson produit décongelé: 4-7 mins dans une poêle, ou 9 -12 mins au four à 180 °

189 kcal / 791 kJ / Protéines 8,5 / Matières grasses 9 / dont AG sat. 2 / HC 17 / dont sucres 3,5 / Sel 0,9 / Fibres 3



sur commande

Garden Gourmet (20 gr) Falafels Betterave

**Art. 5363, 8 kg

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

190 kcal / 789 kJ / Protéines 6,6 / Matières grasses 9,9 / dont AG sat. 0,9 / HC 14 / dont sucres 5 / Sel 1,13 / Fibres 9



Garden Gourmet (80 gr) Burger Lentilles & Carottes

Art. 5362, 6 kg,

Cuisson produit congelé: 6 - 8 mins dans une poêle, ou 12 - 15 mins au four à 180 °

Cuisson produit décongelé: 4-7 mins dans une poêle, ou 9 -12 mins au four à 180 °

153 kcal / 637 kJ / Protéines 8,5 / Matières grasses 5,5 / dont AG sat. 0,6 / HC 13 / dont sucres 4 / Sel 0,9 / Fibres 8,5



Garden Gourmet Burger de Luxe (90 gr)

Art. 5365, 6 kg

Cuisson produit congelé: 6 - 8 mins dans une poêle, ou 12 - 15 mins au four à 180 °

Cuisson produit décongelé: 4-7 mins dans une poêle, ou 9 -12 mins au four à 180 °

173 kcal / 729 kJ / Protéines 20 / Matières grasses 4,8 / dont AG sat. 0,4 / HC 10,4 / dont sucres 3 / Sel 1,13 / Fibres 4,3



Protéines
≥10%

Garden Gourmet Emincé grillé végétarien

Art. 5364, 7,5 kg

Protéines
≥10%

226 kcal / 944 kJ / Protéines 25 / Matières grasses 11 / dont AG sat. 1,1 / HC 3,3 / dont sucres 2,1 / Sel 1,3 / Fibres 8



Garden Gourmet Burger Sensationnel

Art. 5367, 6 kg

Protéines
≥10%

183 kcal / 763 kJ / Protéines 17 / Matières grasses 9,2 / dont AG sat. 4 / HC 5,5 / dont sucres 1,1 / Sel 1 / Fibres 5



Garden Gourmet Nuggets Végétariens (20 gr)

Art. 5366, 6 kg

Protéines
≥10%

237 kcal / 991 kJ / Protéines 13,6 / Matières grasses 12,6 / dont AG sat. 0,9 / HC 15,6 / dont sucres 1 / Sel 1 / Fibres 3,5



Garden Gourmet Ready to Eat Burger (120 gr)

**Art. 5374, 7 kg

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

Protéines
≥10%

250 kcal / 1036 kJ / Protéines 16 / Matières grasses 18 / dont AG sat. 1,3 / HC 2,2 / dont sucres 0,8 / Sel 0,79 / Fibres 7,6



12 cm

sur commande

Garden Gourmet Haché Veggie

Art. 5368, 6 kg

Protéines
≥10%

128 kcal / 537 kJ / Protéines 21,2 / Matières grasses 2,5 / dont AG sat. 0,3 / HC 1,8 / dont sucres 0,6 / Sel 0,28 / Fibres 6,7



Garden Gourmet Boulettes véganes

**Art. 5371, 4 kg

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

Protéines
≥10%

154 kcal / 646 kJ / Protéines 17,7 / Matières grasses 4,5 / dont AG sat. 0,5 / HC 7 / dont sucres 1 / Sel 1,4 / Fibres 7,5



sur commande

Garden Gourmet (100 gr) Saucisse végétane

**Art. 5370, 6 kg

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

213 kcal / 881 kJ / Protéines 11,6 / Matières grasses 16 / dont AG sat. 1,1 / HC 2,3 / dont sucres 0,5 / Sel 1,03 / Fibres 6,6

Protéines
≥10%



sur commande

Garden Gourmet Vuna

**Art. 5373, 6 kg

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

Protéines
≥10%

206 kcal / 857 kJ / Protéines 18 / Matières grasses 13 / dont AG sat. 1,3 / HC 0,5 / dont sucres 0 / Sel 0,75 / Fibres 7,7



sur commande

Garden Gourmet Emincé Veggie

**Art. 5372, 6 kg

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

153 kcal / 641 kJ / Protéines 22,5 / Matières grasses 4,7 / dont AG sat. 0,4 / HC 1,2 / dont sucres 0,1 / Sel 0,63 / Fibres 9,8

Protéines
≥10%



sur commande

Garden Gourmet Falafel classics

**Art. 5369, 6 kg

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

Protéines
≥10%

187 kcal / 781 kJ / Protéines 7,5 / Matières grasses 7,5 / dont AG sat. 0,6 / HC 18 / dont sucres 2 / Sel 1,12 / Fibres 8,7



sur commande

Garden Gourmet (90 gr) Schnitzel (Escalope panée)

**Art. 5375, 2x2 kg

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

235 kcal / 983 kJ / Protéines 12,3 / Matières grasses 11,7 / dont AG sat. 0,8 / HC 17,6 / dont sucres 1,4 / Sel 0,83 / Fibres 5,3

Protéines
≥10%



sur commande

ESCALOPES VÉGÉTARIENNES



Piccata tofu aux herbes, 55 gr

Art. 9150, carton de 5 kg, env. 90 pièces de 55 gr, env. 1.14/pièce
Cuisson au four (sans décongélation): 200°C 8-10 min.
280 kcal / 1168 kJ / Protéines 15 / Matières grasses 19 / dont AG sat. 6.1 / HC 12 / dont sucres 1 / Sel 2.2 / Fibre 0.7

Protéines
≥10%



Tranches de Carottes et Sarrasin BIO, 60 gr

**Art. 9133, carton de 5 kg, env. 83 pièces de 60 gr, env. 1.04/pièce
Cuisson au four (sans décongélation): 200°C 8-10 min.
**A commander 3 jours ouvrables en avance.
222 kcal / 930 kJ / Protéines 5 / Matières grasses 11 / dont AG sat. 2.5 / HC 24 / dont sucres 5 / Sel 1.5 / Fibres 3.5

sur commande



VegiFit Triangle végé aux légumes, 45 gr

**Art. 9146, carton de 5 kg, env. 111 pièces de 45 gr, env. 0.76/pièce
Cuisson au four (sans décongélation): 200°C 8-10 min.
**A commander 3 jours ouvrables en avance.
251 kcal / 1050 kJ / Protéines 14 / Matières grasses 15 / dont AG sat. 2.9 / HC 13 / dont sucres 3.6 / Sel 0.9 / Fibres 4

Protéines
≥10%

sur commande



VegiFit Galette végé aux légumes, 112 gr

**Art. 9145, carton de 4 kg, env. 36 pièces de 112 gr, env. 1.86/pièce
Cuisson au four (sans décongélation): 200°C 10-12 min.
**A commander 3 jours ouvrables en avance.
231 kcal / 968 kJ / Protéines 13 / Matières grasses 10 / dont AG sat. NC / HC 21 / dont sucres NC / Sel NC / Fibres NC

Protéines
≥10%

sur commande



Escalope végétarienne viennoise, 100 gr

**Art. 5328, carton de 5 kg, env. 50 pièces de 100 gr, env. 1.69/pièce.
A base de protéines de soja et de froment.
Cuisson au four (sans décongélation): 200°C 15-18 min.
**A commander 3 jours ouvrables en avance.
245 kcal / 1030 kJ / Protéines 19 / Matières grasses 8 / dont AG sat. NC / HC 22 / dont sucres NC / Sel NC / Fibres NC

Protéines
≥10%

sur commande



Escalope de légumes, 145 gr

Art. 9144, carton de 30 pièces de 145 gr
Cuisson au four (sans décongélation): 170°C 20 min.
178 kcal / 747 kJ / Protéines 8.9 / Matières grasses 6 / dont AG sat. 0.7 / HC 21 / dont sucres 2.7 / Sel 0.88 / Fibres 2.1



Médaille Chou-fleur & Fromage, 135 gr

Chou fleur et fromage: Suisse

Art. 9141, carton de 20 pces de 145 gr
Cuisson au four (sans décongélation): 180°C 20 min.
Poêle (sans décongélation): à feu moyen 5-6 min.
Friteuse (sans décongélation): 180°C 4-6 min.
218 kcal / 913 kJ / Protéines 8.5 / Matières grasses 11 / dont AG sat. 2.6 / HC 20 / dont sucres 1.6 / Sel 0.93 / Fibres 2.7

VÉGÉTARIEN ET BIO



Parfait pour un repas végétarien équilibré



VEGAN



1,5 cm
10,5 cm

Burger Seitan & Haricots noir BIO

Art. 7291, carton de 30 pces de 125 gr

Faire réchauffer sans matière grasse, 8-10 min. dans un four chaud.

210 kcal / 879 kJ / Protéines 14 / Matières grasses 8 / dont AG sat. 0,8 / HC 17 / dont sucres 3 / Sel 1 / Fibres 7

riche en protéines, source de fibres

Suggestion de recette:



Du seitan pour les jeux de textures & sa richesse en protéines



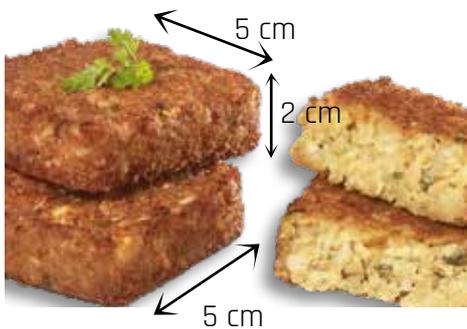
Du haricot noir pour le croquant



Du champignon de Paris pour + de jutosité et une note de fond cuisinée



SANS SOJA



Galette (carré) de Seitan, pommes de terre et emmental BIO (50 gr)

Art. 7287, carton de 5 kg (100x50 gr)

Mode cuisson directe : Sans décongélation, au four 6 minutes à 210°C. Avec décongélation, 4 minutes à 210°C

Mode liaison froide : 10 minutes à 130°C après décongélation

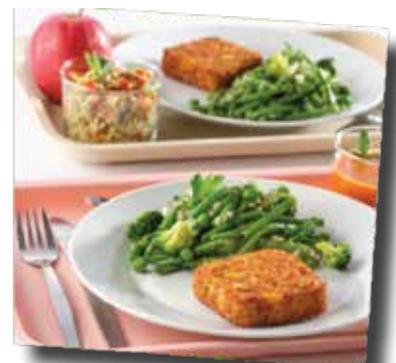
239 kcal / 1002 kJ / Protéines 15 / Matières grasses 11 / dont AG sat. 2,4 / HC 19 / dont sucres 2,4 / Sel 1,2 / Fibres 2,1

Suggestion de recette: accompagné d'une poêlée de légumes



Galette 100% Bio & végétarienne

- ✓ Ingrédients principaux : seitan (blé), riz et légumes
- ✓ Sans colorant / Sans conservateur / Sans arôme
- ✓ Fabriqué en France
- ✓ Format 50g pour adapter vos portions





VÉGÉTARIEN ET BIO



VEGÉTAL & NUTRITION Nutrition

- ✓ Riche en protéines : 1 portion de 100 g apporte 26 g de protéines
- ✓ Faible teneur en matières grasses, en graisses saturées, et en sucres
- ✓ Produit ni pré-frit ni à frite.
- P.A. = 1,1

Vegan Seitan nature bio & 100% végétal **Cérééal BIO**

- ✓ Ingrédient principal : blé
- ✓ Sans colorant / Sans conservateur / Sans arôme artificiel
- ✓ Fabriqué en France

Suggestion de recette: lasagnes de seitan et légumes Egréné de Seitan BIO

Art. 7285, carton de 3,5 kg

sauter le seitan à la poêle avec un peu d'huile durant 5 à 6 minutes à feu moyen à vif

147 kcal / 619 kJ / Protéines 26 / Matières grasses 2 / dont AG sat. 0.4 / HC 4.9 / dont sucres 1.2 / Sel 1 / Fibres 2.5

VEGAN



Galette Tofu Provençale (100 gr) BIO

Art. 7289, carton de 50x100 gr

Faire réchauffer, sans matière grasse, 8 à 10 minutes à four chaud.

193 kcal / 802 kJ / Protéines 13 / Matières grasses 12 / dont AG sat. 1.7 / HC 1 / dont sucres 2 / Sel 1 / Fibres 4.8

VEGAN



2 cm \varnothing 7 cm

Vegan Galette Bio & 100% végétale

- ✓ Ingrédients principaux : tofu
- ✓ Sans colorant / Sans conservateur / Sans arôme
- ✓ Fabriqué en France

VEGÉTAL & NUTRITION Nutrition

- ✓ Riche en protéines : 1 galette (100g) = 13g de protéines
- ✓ Source de fibres, magnésium et calcium
- ✓ Produit pré-frit à 12% de lipides
- P.A. = 1,08

Burger (carré) de Seitan & Tomates confites (100 gr) BIO

Art. 7290, carton de 50x100 gr

Mode cuisson directe : Sans décongélation, au four 6 minutes à 210°C. Avec décongélation, 4 minutes à 210°C

Mode liaison froide : 10 minutes à 130°C après décongélation

VEGAN



200 kcal / 840 kJ / Protéines 14 / Matières grasses 8.3 / dont AG sat. 1 / HC 16 / dont sucres 3.3 / Sel 1.1 / Fibres 2.8

Suggestion de recette: accompagné de farfalles au pesto rosso

VEGÉTAL & NUTRITION Nutrition

- ✓ Riche en protéines : 1 galette (100g) = 7g de protéines
- ✓ Faible teneur en sucres
- ✓ Source de fibres
- ✓ Produit pré-frit à 11% de lipides
- P.A. = 1,25

Vegan Galette Bio & 100% végétale

- ✓ Ingrédients principaux : seitan (blé, riz et légumes)
- ✓ Sans colorant / Sans conservateur / Sans arôme
- ✓ Fabriqué en France



ESCALOPES VÉGÉTARIENNES FARCIES /CORDONS BLEUS



Protéines
≥10%

Cordon bleu végétal, 100 gr

Art. 9134, carton de 2x2,5 kg, env. 50x100

gr, env. 1.35/pce

Cordon bleu à base de protéines de blé texturées et réhydratées garnies au fromage fondu et avec une préparation végétale. Four poly-cuiseur: Directement surgelé en bac gastro et sur une seule couche 180°C pendant: 15 min à 20 min.

247 kcal / 1031 kJ / Protéines 15 / Matières grasses 13 / dont AG sat. 1.7 / HC 16 / dont sucres 2.8 / Sel 1.1 / Fibres 2.9



sur commande

Protéines
≥10%

Escalope végétarienne au fromage et épinards, 120 gr

**Art. 5317, carton de 5 kg, env. 41x120 gr,

env. 2.38/pce

A base de protéines de soja et de froment.

A la poêle: 8-10 min ou au four (200°C): 12-15 min.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

273 kcal / 1140 kJ / Protéines 16 / Matières grasses 15 / dont AG sat. 3.5 / HC 17 / dont sucres 2.5 / Sel 1.1 / Fibres NC



sur commande

Protéines
≥10%

Escalope de légumes pour sandwich, 70 gr

**Art. 9147, carton de 5 kg, env. 70x70 gr,

env. 1.31/pce

A base de protéines de blanc d'oeuf, de protéines de soja et de froment.

A la poêle: 3-4 min ou au four (200°C): 7-9 min.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

251 kcal / 1050 kJ / Protéines 14 / Matières grasses 15 / dont AG sat. 2.9 / HC 13 / dont sucres 3.6 / Sel 0.9 / Fibres 4



Protéines
≥10%

sur commande

Escalope végétarienne au fromage et tomates, 100 gr

**Art. 5318, carton de 5 kg, env. 50x100 gr,

env. 1.96/pce

A base de protéines de soja et de froment.

A la poêle: 6-9 min ou au four (210°C): 11-12 min.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

272 kcal / 1138 kJ / Protéines 17 / Matières grasses 15 / dont AG sat. 3.1 / HC 16 / dont sucres 2 / Sel 1.4 / Fibres 2.7



sur commande

Protéines
≥10%

Cordon au soja et froment, farci à la ciboulette, 130 gr

**Art. 9138, carton de 2,6 kg, env. 20x130

gr,

A base de protéines de soja et de froment.

A la poêle: 4-5 min ou au four (200°C): 12-15 min.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

253 kcal / 1051 kJ / Protéines 14 / Matières grasses 13 / dont AG sat. 1.3 / HC 18 / dont sucres 1 / Sel 1.2 / Fibres NC



VEGAN

10 cm

sur commande

Burger Edamame et Quinoa, env. 95 gr

**Art. 5350, carton de 5 kg, env. 50x95 gr,

env. 2.32/pce

A la poêle: 3-4 min de chaque côté ou au four (200°C): 10-15 min.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

196 kcal / 821 kJ / Protéines 8.9 / Matières grasses 10 / dont AG sat. 1 / HC 17 / dont sucres 1.5 / Sel 1.2 / Fibres NC

SAUCISSE VÉGÉTARIENNE



VEGAN

Protéines
≥10%

Saucisse à rôtir végétalienne

Art. 5311, carton de 3 kg, 30 pièces de 100 gr, env. 2.02/pièce

A base de protéines de blé et de tofu.

Réchauffer env. 6 min. à la poêle ou au grill.

228 kcal / 951 kJ / Protéines 20 / Matières grasses 15 / dont AG sat. 1.2 / HC 1.9 / dont sucres 1.7 / Sel 1.3 / Fibres 2.9



VEGAN

Protéines
≥10%

sur commande

Chipolata végétalienne

**Art. 5310, carton de 3 kg, env. 120

pièces de 25 gr, env. 0.49/pièce

A base de tofu et de protéines de blé.

Réchauffer env. 5 min. à la poêle ou au grill.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

220 kcal / 917 kJ / Protéines 19 / Matières grasses 14 / dont AG sat. 1.1 / HC 3 / dont sucres 0.9 / Sel 1.3 / Fibres 3.1



Suggestion de présentation en salade avec des algues wakame (1763, *10x1 kg) et des fèves pelées (1606, *5x1 kg)



VEGAN

Protéines
≥10%

sur commande

Cervelas végétalien

**Art. 5303, carton de 5 kg, env. 62

pièces de 80 gr, env. 1.60/pièce

A base de protéines de blé.

Réchauffer env. 6 min. à la poêle ou au grill ou peut se manger froid.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

200 kcal / 838 kJ / Protéines 19 / Matières grasses 9.8 / dont AG sat. 0.9 / HC 8 / dont sucres 1.9 / Sel 1.9 / Fibres 2



VEGAN

env. 17 cm



Suggestion de présentation sous forme de Hot Dog avec un pain mou (9332, 32x80 gr)

Saucisse végétalienne

Art. 5312, carton de 3 kg, env. 60 pièces de 50 gr, env. 0.98/pièce

Fumée, à base de protéines de pommes de terre et de petits pois. Produit en Suisse.

Réchauffer env. 5 min. à la poêle ou au grill.

246 kcal / 1017 kJ / Protéines 7.5 / Matières grasses 20 / dont AG sat. 1.3 / HC 5.7 / dont sucres 3.1 / Sel 2 / Fibres 6.6



Suggestion de présentation sous forme de Hot Dog avec un pain croustillant (demi baguette pré cuite) (8721, 44x110 gr)

NOUVEAU, fabriqué en Europe

BEYOND BURGER

↑ 2 cm
○
8 cm



VEGAN

SANS GLUTEN

Protéines ≥10%



The Beyond Burger®

Art. 5352, carton de 40 pièces de 113,5 gr, env. 27.43/kg

A base de protéines de petits pois, sans allergènes. Cuisson (après décongélation): 3 min. de chaque côté à la poêle - le burger devrait être "saignant-bien cuit", ne pas trop les cuire.

252 kcal / 1047 kJ / Protéines 17 / Matières grasses 19 / dont AG sat. 5.6 / HC 3.5 / dont sucres 0 / Sel 0.75 / Fibres 1.3

La viande végétarienne développée aux USA et produite en Europe.

HAPPY VEGAN



VEGAN

Protéines ≥10%

sur commande

Les Happy Vegan Nuggets

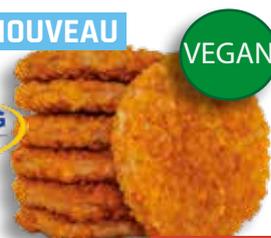
**Art. 5354, carton de 3x1 gr

A base de protéines de soja et de petits pois. Fabriqué en Suisse. A la poêle 9-12 min dans un peu d'huile ou au four 7-10 min. à 200°C.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

236 kcal / 991 kJ / Protéines 17 / Matières grasses 7.4 / dont AG sat. 0.5 / HC 23 / dont sucres 1.4 / Sel 0.96 / **A commander 3 jours ouvrables en avance. Fibres 4.6

NOUVEAU



VEGAN

Protéines ≥10%

sur commande

Happy Vegan Crunchy Burger 90 gr

**Art. 5314, carton de 3x900 gr

A base de protéines de protéines de blé et une chapelure de cornflakes. A la poêle: faire frire dans l'huile à feu moyen pendant 12 à 15 minutes. Au four: préchauffer le four à 200°C et cuire le produit pendant 13 à 15 minutes à 200°C. A la friteuse: frire dans l'huile à 180°C pendant 3 à 4 minutes jusqu'à ce qu'elle soit dorée.

229 kcal / 960 kJ / Protéines 14 / Matières grasses 8.5 / dont AG sat. 0.7 / HC 22 / dont sucres 1.2 / Sel 1.2 / Fibres 3

NOUVEAU



VEGAN

Protéines ≥10%

sur commande

Happy Vegan Wings

**Art. 5315, carton de

3x1 kg

A base de protéines de protéines de blé et soja. A la poêle: faire frire dans l'huile à feu moyen pendant 9 à 12 minutes. Au four: Préchauffer le four à 220°C et cuire pendant 16-18 à minutes à 220°C.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

216 kcal / 900 kJ / Protéines 13 / Matières grasses 12 / dont AG sat. 3 / HC 12 / dont sucres / Sel 1.1 / Fibres 3.9



VEGAN

Protéines ≥10%

sur commande

Happy Vegan Stripes (émincé)

**Art. 5355, carton de 3x1 kg

A base de protéines de soja et de petits pois. Fabriqué en Suisse. A la poêle 4-5 min dans un peu d'huile.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

169 kcal / 713 kJ / Protéines 25 / Matières grasses 2.4 / dont AG sat. 0.2 / HC 0.9 / dont sucres 0.3 / Sel 1.1 / Fibres 3.9



VEGAN

Protéines ≥10%

sur commande

Happy Vegan Burger

**Art. 5353, carton de 3 kg (envi-

ron 27 pièces de 110 gr, env. 2.65/pce

A base de protéines de soja et de petits pois.

Fabriqué en Suisse. A la poêle ou au four (220°C) 5 min puis 7-9 min (180°C).

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

220 kcal / 917 kJ / Protéines 15 / Matières grasses 14 / dont AG sat. 11 / HC 6.1 / dont sucres 0 / Sel 1.6 / Fibres 5

PLANT BASED EGG



CUISINER VÉGÉTALIEN – PLEIN DE DIVERSITÉ ET GOÛT

Vous pouvez utiliser le PLANT B Egg par exemple de délicieux gâteaux végétaliens tartes aux pommes, gâteaux Sacher, Américains, des cheesecakes, des Fonds de biscuits ou des biscuits au chocolat. Il est également possible de préparer des snacks salés tels que quiches ou tortillas sont possibles. Le tout est simple, rapide et économe en ressources.

En effet, vous avez besoin de 10 à 80 % de moins de PLANT B Egg par rapport à un œuf de poule. Essayez-le!



Que ce soit sous forme de pâte à gâteau ou pour des snacks – grâce à la glace végétale à base de farine de lupin, il est désormais possible de réaliser des recettes variées dans votre boulangerie ou pâtisserie.

La liaison, l'arôme, le goût, la structure et le brunissement de PLANT B Egg correspondent à ceux de l'œuf de poule classique, tout en étant 100% végétalien.

Plant B Egg (oeuf vegan)

Produit en Allemagne

à commander avant 12h

10.90/kg** Art. 13000, *6 bouteilles de 1090 gr

*(vente à la bouteille possible)

** A commander avant 12h pour une livraison le lendemain.

PLANT B Egg est un substitut d'œuf 100 % naturel à base de farine de lupin, qui peut être utilisé comme alternative culinaire végétale à l'œuf. Un produit polyvalent pour la cuisine, la pâtisserie ou pour des œufs brouillés végétaliens.

- Décongeler doucement au réfrigérateur à 7°C maximum pendant 24 heures.
- Bien agiter avant l'utilisation.
- Conserver non ouvert après décongélation entre 4 et 7°C et utiliser dans les 7 jours.
- Après ouverture, conserver entre 4 et 7°C et utiliser dans les 3 jours.

Exemples d'utilisation

Pâtes carbonara vegan



Omelettes vegan



Pancakes vegan myrtilles & banane



Vous trouvez les 3 recettes ici





VEGAN



sur commande

Protéines
≥10%

Green Mountain Burger

Art. 7830.1, carton de 2,88 kg, 24 pièces de 120 gr, env. 3.14/pièces

A base de protéines de petits pois. Produit en Suisse avec des produits européens. Préparation à la poêle ou au grill après décongélation.

196 kcal / 815 kJ / Protéines 14 / Matières grasses 12 / dont AG sat. 7.3 / HC 5.2 / dont sucres 1 / Sel 0.93 / Fibres 5.6

VEGAN



sur commande

Fromage d'Italie Green Mountain

**Art. 7840.1, carton de 4,4kg

Viande végétalienne à base d'huile de colza et protéines de pois.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

139 kcal / 797 kJ / Protéines 5 / Matières grasses 16 / dont AG sat. 1.2 / HC 4.5 / dont sucres 2.5 / Sel 2.6 / Fibres 4.4

VEGAN



sur commande

Protéines
≥10%

The Green Mountain Balls (boulettes)

**Art. 7841, carton de 2x1,5 kg

Boulettes végétaliennes à base de protéines de pois et d'huile de colza. Cuisson au four mixte 8-10 min. à 170°C avec de la vapeur.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

206 kcal / 859 kJ / Protéines 14 / Matières grasses 11 / dont AG sat. 0.9 / HC 10 / dont sucres 1 / Sel 2 / Fibres 5.5

VEGAN



sur commande

Protéines
≥10%

The Green Mountain Hâché

**Art. 7842, carton de 9x500 gr

Hâché végétalienne à base de protéines de petits pois, préparation à base de fèves et huile de colza. Faire chauffer dans de l'huile, le produit est déjà salé et épicé.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

191 kcal / 797 kJ / Protéines 14 / Matières grasses 8.8 / dont AG sat. 0.7 / HC 11 / dont sucres 3.5 / Sel 2.3 / Fibres 4.4

VEGAN



sur commande

The Green Mountain Plant Saucisse Rouge (80 gr)

**Art. 7843, carton de 2x1,44 kg

Saucisse végétalienne à base d'huile de colza et de protéines de pois, fumée.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

195 kcal / 805 kJ / Protéines 3.8 / Matières grasses 18 / dont AG sat. 1.3 / HC 1.5 / dont sucres 0.3 / Sel 1.9 / Fibres 5.4



VEGAN



sur commande

Protéines ≥10%

The Green Mountain Plant-Based Filet à la manière Poulet (env. 130 gr)

**Art. 7844, carton de 2x1,3 kg (env. 20x130

gr)

Escalope à base de protéines végétales (soja, blé, pois)

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

127 kcal / 533 kJ / Protéines 14 / Matières grasses 4,4 / dont AG sat. 0,4 / HC 5,4 / dont sucres 0,3 / Sel 1,6 / Fibres 5,1



VEGAN



sur commande

Protéines ≥10%

The Green Mountain Kebab

**Art. 7850, carton de 2x1,5 kg

Escalope à base de protéines végétales (soja)

Préparation: Poêle : Préchauffer la poêle à feu vif. Faire cuire le kebab décongelé 3 à 4 minutes avec un peu de matière grasse. Si le kebab est surgelé, prolonger le temps de cuisson de une à deux minutes ou au Four mixte : cuire le kebab congelé à 200°C pendant 4-5 minutes (0% d'humidité), si le kebab est décongelé, le temps de cuisson est réduit de 1-2 minutes.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

118 kcal / 497 kJ / Protéines 14 / Matières grasses 2,9 / dont AG sat. 0,4 / HC 7 / dont sucres 1,3 / Sel 2,3 / Fibres 4,1



VEGAN



sur commande

env. 20 cm

∅ 2,8 cm

The Green Mountain Saucisse blanche grillée

**Art. 7851, carton de 3x1,15 kg (env. 115 gr/pce,

30 saucisses/ct)

Saucisse à base d'huile de colza et protéines de pois.

Conseils de préparation: four 220°C: cuire les saucisses décongelées pendant env. 9 min. / à la poêle: feu moyen, pendant 7-9 minutes en les retournant plusieurs fois / grill: 9-12 minutes en les retournant plusieurs fois.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

192 kcal / 793 kJ / Protéines 5 / Matières grasses 17 / dont AG sat. 1,3 / HC 2,1 / dont sucres 0,3 / Sel 2,2 / Fibres 5



VEGAN



sur commande

The Green Mountain Chicken Chunks

**Art. 7848, carton de 2x1,5 kg

Emincé à base de protéines végétales (soja)

Poêle: Prechauffer la poêle à feu vif. Faire revenir pendant 3 à 4 minutes les chunks decongelés légèrement huilés. Si les chunks sont surgelés, prolonger le temps de cuisson d'1 à 2 minutes. Réalisation en sauce: Faire mijoter les chunks surgelés dans la sauce pendant 1 à 2 minutes et laisser reposer 5 minutes minimum.

**A commander 3 jours ouvrables en avance.

129 kcal / 545 kJ / Protéines 20 / Matières grasses 1,3 / dont AG sat. 0,1 / HC 7,3 / dont sucres 0,1 / Sel 1 / Fibres 4,1

Protéines ≥10%

EMINCES



FREDAG

VEGAN

Emincé végétalien

Art. 5319, carton de 5 kg,

A base de protéines de soja et de blé.

A la poêle: Assaisonner l'émincé et faire revenir dans un peu d'huile env. 6-9 min. Rajouter la sauce selon l'envie et laisser mijoter à feu doux 5 à 10 min.

178 kcal / 746 kJ / Protéines 30 / Matières grasses 4,3 / dont AG sat. 0,4 / HC 1,3 / dont sucres 0,5 / Sel 0,45

Protéines
≥10%



FREDAG

VEGAN

Hachis végétalien

Art. 5320, carton de 5 kg,

A base de protéines de soja.

Frire le hachis dans un peu d'huile chaude pendant env. 6 min.

106 kcal / 449 kJ / Protéines 19 / Matières grasses 0 / dont AG sat. 0 / HC 4,70 / dont sucres 1 / Sel 1,5 / Fibres 5,7

Protéines
≥10%



Protéines
≥10%



Emincé végétarien (Pois & Blé)

Art. 5330, carton de 5 kg,

A base de protéines de pois et de blé.

A la poêle (sans décongélation) : à feu moyen avec un peu de matière grasse 6-10 min.

212 kcal / 887 kJ / Protéines 25,6 / Matières grasses 9,9 / dont AG sat. 0,76 / HC 4,4 / dont sucres 0,5 / Sel 1,26 / Fibres 1,3



Protéines
≥10%

VEGAN

Emincé de Lupin

Art. 7266, carton de 5 sachets de 1 kg

(vente au kg possible),

L'émincé de lupin est une préparation culinaire faite à partir de graines de lupin qui est une plante légumineuse qui se caractérise notamment par la richesse en protéines de ses graines. Source de fibres et riche en protéines, il a un profil nutritionnel exemplaire.

Faire mariner quelques minutes dans une poêle légèrement huilée.

Délicieux cuisiné en poêlée avec du riz, des pâtes ou des légumes. Il peut aussi se savourer dans un wrap ou sandwich, remplaçant ainsi le bacon ou la viande de kebab.

218 kcal / 912 kJ / Protéines 25,4 / Matières grasses 9,18 / dont AG sat. 1,4 / HC 5,1 / dont sucres 1,9 / Sel 2,1 / Fibres 0



Suggestion de présentation en salade avec des algues wakame (1763, *10x1 kg) et des fèves pelées (1606, *5x1 kg)

Commandez votre échantillon gratuit



PRODUITS VÉGÉTARIENS

planted.



Protéines ≥10%

Planted.Emincé nature

Fabriqué en Suisse

Art. 5380, ct de *4x2 kg (vente

par 2 kg possible)

Aliment végétal à base de protéines de pois. Extrêmement polyvalent: convient très bien pour les currys, stir fries, noodle bowls ou comme garniture dans les tourtes et quiches. Délicieux aussi comme snack pané ou frit. Mariner ou assaisonner à votre goût. Chauffer de l'huile végétale dans une poêle. Faire sauter 3 à 5 mn jusqu'à obtention d'une belle coloration. Vous pouvez également ajouter votre marinade en fin de cuisson, pour garder toute la fraîcheur.

144 kcal / 607 kJ / Protéines 24 / Matières grasses 3,4 / dont AG sat. 0,6 / HC 1,8 / dont sucres 0,2 / Sel 1,1 / Fibres 4,3



Protéines ≥10%

Planted.Emincé marinade Herbes & Citron "güggeli"

Fabriqué en Suisse

Art. 5381, ct de *4x2 kg

(vente par 2 kg possible)

Aliment végétal à base de protéines de pois mariné avec des herbes de méditerranée, prêt-à-cuire. Parfait dans les wraps, sandwichs, tacos ou sur une pizza ou une salade. La marinade Güggeli est pleine de saveurs et relève les plats grâce à ses épices intenses. Faire sauter dans une poêle 3 à 5 mn, à feu moyen, jusqu'à obtenir une belle coloration dorée et légèrement croustillant.

195 kcal / 815 kJ / Protéines 21 / Matières grasses 10 / dont AG sat. 1 / HC 2,2 / dont sucres 0,5 / Sel 1,9 / Fibres 4



Protéines ≥10%

Planted.Pulled Spicy Herbs Chimichurri

Fabriqué en Suisse

Art. 5388, ct de *4x2 kg (vente

par 2 kg possible)

Aliment végétal à base de protéines de pois.

Faire revenir à la poêle 3 à 5 min - ajoutez quelques gouttes de jus de citron et des herbes fraîches.

226 kcal / 939 kJ / Protéines 19 / Matières grasses 14,2 / dont AG sat. 1,3 / HC 3,7 / dont sucres 0,8 / Sel 1,8 / Fibres 4,4



Protéines ≥10%

Planted.Emincé Kebab

Fabriqué en Suisse

Art. 5384, ct de *4x2 kg (vente

par 2 kg possible)

Aliment végétal à base de protéines de pois à consommer cuit. Faire sauter brièvement jusqu'à obtention d'une belle coloration.

197 kcal / 824 kJ / Protéines 22 / Matières grasses 10 / dont AG sat. 1 / HC 2,8 / dont sucres 0,6 / Sel 2,1 / Fibres 4,2



Protéines ≥10%

Planted.Pulled Nature

Fabriqué en Suisse

Art. 5385, ct de *4x2 kg

(vente par 2 kg possible)

Aliment végétal à base de protéines de pois, avoine et tournesol.

Une garniture idéale pour les burgers, hotdogs ou tacos et a un goût similaire au porc effiloché.

Mariner ou assaisonner le produit selon votre goût. Vous pouvez soit le faire sauter pendant 3 à 5 minutes dans une poêle avec un filet d'huile ou le faire chauffer doucement dans une sauce. Pour le rendre plus juteux, ajoutez si besoin du liquide.

178 kcal / 746 kJ / Protéines 25 / Matières grasses 6,1 / dont AG sat. 0,8 / HC 3,9 / dont sucres 0,1 / Sel 1 / Fibres 4,3

246 kcal / 1030 kJ / Protéines 17 / Matières grasses 11 / dont AG sat. 1,2 / HC 1,7 / dont sucres 0,6 / Sel 1,5 / Fibres 3,1

NOUVEAU



Protéines ≥10%

sur commande

Planted.Saucisse (90 gr)

Fabriqué en Europe

** Art. 5389, ct de 20x450 gr

Aliment végétal à base de protéines de pois.

A la poêle, frire à chaleur moyenne avec un couvercle pendant 5 min, puis retourner et continuer la cuisson 3 min. Au grill/barbecue chaud: 2-3 minutes de chaque côté.

A commander 4 jours ouvrables en avance.

197 kcal / 820 kJ / Protéines 17 / Matières grasses 14 / dont AG sat. 1,9 / HC 0,8 / dont sucres 0,3 / Sel 1,7 / Fibres 0,5



Protéines ≥10%

Planted.Schnitzel - Escalope végétarienne panée

Fabriqué en Suisse

Art. 5387, ct de *9x1,1 kg (vente par sachet possible - 1,1

kg /sachet)

Escalope végétarienne à base de protéines végétales (pois, tournesol, avoine) et de farine de blé. Faire revenir à la poêle à feu moyen avec de la matière grasse pendant quelques minutes.

NOUVEAU



Protéines ≥10%

sur commande

Planted.Brochettes (100 gr)

Fabriqué en Suisse

** Art. 5389,1, ct de 10x(5x100 gr)

Aliment végétal à base de protéines de pois.

Au grill/barbecue chaud: 3-5 minutes de chaque côté.

A commander 4 jours ouvrables en avance.

143 kcal / 600 kJ / Protéines 20 / Matières grasses 4,7 / dont AG sat. 0,6 / HC 2,8 / dont sucres 0,5 / Sel 1,8 / Fibres 4

25

VEGAN

SANS
GLUTEN



Chipolata nature

Europe, sans gluten

Art. 5211, ct 1,29 kg (env. 28x45 gr)

Saucisse à base de protéines de soja et d'huile d'olive extra vierge. Poêle à frire: à feu moyen/élevé. Ajouter une cuillère à soupe d'huile et faire cuire pendant 6 minutes, en tournant toutes les minutes. Au barbecue: décongeler les saucisses, les badigeonner d'huile et les cuire pendant 4 minutes en les tournant fréquemment. Ragoûts: cuire séparément et ajouter au plat juste avant de servir.

150 kcal / 630 kJ / Protéines 16 / Matières grasses 7.6 / dont AG sat. 2.5 / HC 2.4 / dont sucres 0.7 / Sel 1.7 / Fibres 4.5

VEGAN

SANS
GLUTEN



Chipolata épicée - chorizo

Europe, sans gluten

Art. 5212, ct 1,29 kg (env. 28x45 gr)

Saucisse à base de protéines de soja et d'huile d'olive extra vierge. Poêle à frire: à feu moyen/élevé. Ajouter une cuillère à soupe d'huile et faire cuire pendant 6 minutes, en tournant toutes les minutes. Au barbecue: décongeler les saucisses, les badigeonner d'huile et les cuire pendant 4 minutes en les tournant fréquemment. Ragoûts: cuire séparément et ajouter au plat juste avant de servir.

154 kcal / 642 kJ / Protéines 16 / Matières grasses 7.4 / dont AG sat. 1.2 / HC 2.9 / dont sucres 0.9 / Sel 1.4 / Fibres 5.7

VEGAN

SANS
GLUTEN



Aiguillette nature

Europe, sans gluten

Art. 5213, ct 2,5 kg (entre 6 et 12 gr/pce)

Aiguillettes à base de protéines de soja et d'huile d'olive extra vierge. Faire sauter les morceaux dans une poêle avec un peu d'huile pendant 8 minutes (ou 5 si produit décongelé) et à déguster en salade, wraps, pâtes,.... Dans les ragoûts, faire cuire séparément et ajouter au moment de servir.

129 kcal / 538 kJ / Protéines 18 / Matières grasses 3.2 / dont AG sat. 0.4 / HC 1.7 / dont sucres 0 / Sel 1.6 / Fibres 5.9

VEGAN

SANS
GLUTEN



9-10 cm

Burger

Europe, sans gluten

Art. 5214, ct 2,5 kg (env. 21x115 gr)

Burger à base de protéines de pois et d'huile d'olive extra vierge. Pour déguster un hamburger savoureux et juteux, nous vous recommandons : Poêle à frire : à feu moyen/faible, ajouter une cuillère à soupe d'huile et faire cuire pendant 12 minutes, en le retournant toutes les 3 minutes. S'il est décongelé, faites-le cuire pendant 7 minutes. BBQ : décongelez d'abord le hamburger, badigeonnez-le d'huile et faites-le cuire pendant 7 minutes en le retournant fréquemment.

207 kcal / 863 kJ / Protéines 19 / Matières grasses 12 / dont AG sat. 3 / HC 4.2 / dont sucres 0.7 / Sel 0.98 / Fibres 3.1

VEGAN



Escalope panée

Europe (produit sans gluten mais peut contenir des traces)

Art. 5216, ct 1,1 kg (env. 10x110 gr)

Escalope à base de protéines de soja. Pour profiter d'un produit juteux à l'intérieur et d'un enrobage croustillant, nous recommandons ce qui suit :

Four : préchauffer le four à 220°C. Placez le produit sur une surface antiadhésive et faites-le cuire pendant 20 minutes au total, en le retournant à mi-cuisson. Friteuse : cuire pendant 12 minutes à 175°C en retournant le produit à mi-cuisson. Poêle à frire : décongeler d'abord, puis cuire à feu moyen dans une cuillère à soupe d'huile pendant 6 minutes, en retournant à mi-cuisson.

178 kcal / 743 kJ / Protéines 15 / Matières grasses 7.6 / dont AG sat. 1.2 / HC 9.7 / dont sucres 0.8 / Sel 1 / Fibres 5.2

VEGAN



Nuggets

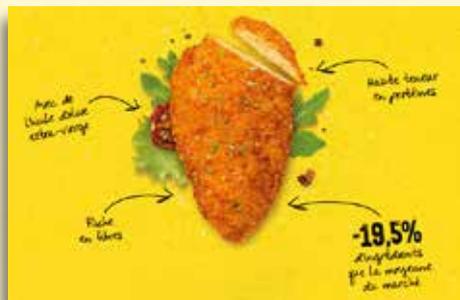
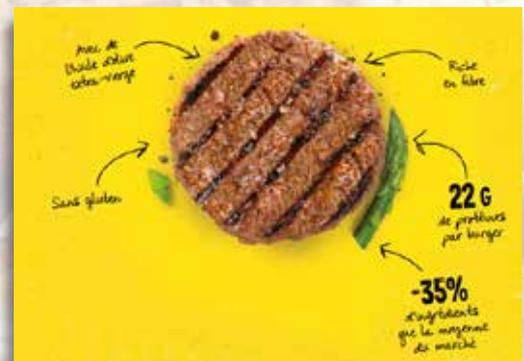
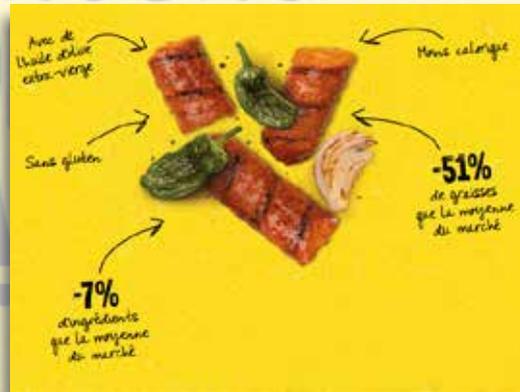
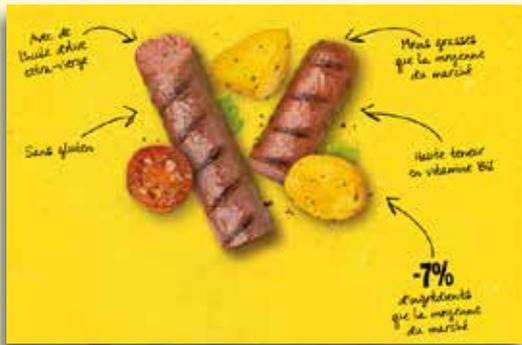
Europe, (produit sans gluten mais peut contenir des traces)

Art. 5217, ct 2,5 kg, (env. 19-21 gr/pce)

Pour déguster des nuggets croustillants à l'extérieur et juteux à l'intérieur, nous vous recommandons : Poêle : faire frire les nuggets à feu moyen-doux avec une cuillère à soupe d'huile pendant 6 à 8 minutes, en les retournant au bout de 3 à 4 minutes. Four : Préchauffer le four à 220°C. Placez les nuggets sur une surface antiadhésive et faites-les cuire pendant 11 minutes au total, en les retournant à mi-cuisson. Friteuse à air : cuire pendant 5 minutes à 175°C, en retournant à mi-cuisson.

206 kcal / 865 kJ / Protéines 12 / Matières grasses 8.9 / dont AG sat. 1.2 / HC 17 / dont sucres 1 / Sel 0.86 / Fibres 4.8

PRODUITS VÉGÉTARIENS



IL DOIT ÊTRE PLUS DURABLE ET PROTÉGER CE QUE NOUS AIMONS. LA PLANÈTE, NOTRE SANTÉ ET L'ÉQUILIBRE.

IL DOIT ÊTRE PLUS DURABLE ET PROTÉGER CE QUE NOUS AIMONS. LA PLANÈTE, NOTRE SANTÉ ET L'ÉQUILIBRE.

Chez Heura®, nous accélérons cette transition en créant des produits délicieux et sains à la viande, qui respectent notre héritage culinaire et notre planète. Pour tous les amoureux de la cuisine traditionnelle et pour les personnes qui, comme vous et comme nous, ont décidé de changer le monde.

SEITAN

NOUVEAU



VEGAN



Protéines
≥10%

Emincé de Seitan VAUDOIS

Art. 7279, carton de 2 sachets de 2,5 kg

(vente au sachet possible).

Notre seitan est un produit riche en protéines et à la structure charnue, fabriqué à partir de protéines de blé et de fèves fava. Le seitan est une excellente alternative végétale à la viande, vous pouvez le déguster aussi bien froid que chaud.

172 kcal / 720 kJ / Protéines 25 / Matières grasses 4.8 / dont AG sat. 0.6 / HC 5.2 / dont sucres 0.9 / Sel 0.9 / Fibres 3.6

VEGAN



Protéines
≥10%

Emincé de Seitan

Art. 7281, carton de 5 sachets de 1 kg

(vente au sachet possible).

Aussi connu sous le nom de "viande de blé", c'est un substitut végétarien fabriqué à partir de gluten de blé, sa couleur brune et sa texture moelleuse font qu'il absorbe facilement les saveurs et les assaisonnements, lui permettant d'être cuisiné de manière différente selon les goûts. C'est un aliment riche en protéines, faible en gras et représentant une bonne source de fer.

Préparation: 30-40 sec. à la friteuse (170°C), 1-2 min. à la poêle, 3-5 min. au four (200°C) Une fois décongelé, le produit se conserve 14 jours en froid positif.

VEGAN



Protéines
≥10%

Egréné de Seitan BIO

Art. 7285, carton de 3,5 kg

sauter le seitan à la poêle avec un peu d'huile durant 5 à 6 minutes à feu moyen à vif

147 kcal / 619 kJ / Protéines 26 / Matières grasses 2 / dont AG sat. 0.4 / HC 4.9 / dont sucres 1.2 / Sel 1 / Fibres 2.5

JACKFRUIT



Jackfruit (avec épices et sel)

Art. 7269, carton de 12 sachets de 500 gr (vente au sachet possible).

Le jacquier est un fruit cultivé principalement dans les régions tropicales chaudes et humides. Sa texture fibreuse se rapproche beaucoup de celle du poulet et du porc, ce qui lui permet de se marier à de nombreux plats traditionnellement composés de viandes. Faire revenir quelques minutes dans une poêle.

Le Jackfruit est utilisé comme patty pour des burgers, sandwich et wrap. C'est également un substitut de viande accompagné de riz, pâtes, légumes...

41 kcal / 172 kj / Protéines 1.2 / Matières grasses 0.9 / dont AG sat NC / HC 5.2 / dont sucres NC / Sel NC / Fibres NC



Suggestion de préparation du jackfruit en gratin.



Suggestion de préparation du jackfruit en burger



Suggestion de préparation du jackfruit en tacos

TOFU & TEMPEH



VEGAN

Protéines
≥10%

Tofu Crispy Cornflakes, env. 60 gr

Art. 5336, carton de 3 kg, env. 50 pièces de 60 gr, env. 1.05/pièce

Cuisson (four air pulsé): env. 6 min. à 200°C ou à la friteuse 3,5 min (175°C)..

192 kcal / 805 kJ / Protéines 11 / Matières grasses 6.5 / dont AG sat. 0.9 / HC 21 / dont sucres 1 / Sel 1.3 / Fibres 2.5



Protéines
≥10%

Piccata tofu aux herbes, 55 gr

Art. 9150, carton de 5 kg, env. 90 pièces de 55 gr, env. 1.14/pièce

Cuisson au four (sans décongélation): 200°C 8-10 min.

NOUVEAU / 1168 kJ / Protéines 15 / Matières grasses 19 / dont AG sat. 6.1 / HC 12 / dont sucres 1 / Fibres 0.7

VEGAN

SANS GLUTEN



Protéines
≥10%

NOUVEAU



VEGAN

SANS GLUTEN

Protéines
≥10%

Tempeh de Pois Chiches BIO en bloc

France

Art. 7274, carton de 5x1 kg

181 kcal / 764 kJ / Protéines 12,4 / Matières grasses 2,1 / dont AG sat. 0,3 / HC 26,9 / dont sucres 0,3 / Sel 0,05 / Fibres 2,3

Décongélation 24h en chambre froide avant utilisation.

Le tempeh se prête parfaitement à vos recettes végétariennes comme la sauce bolognaise végété, les lasagnes végétariennes, le chili sin carne, les quiches et tartes salées, les pizzas garnies ou encore les salades protéinées... Astuce : Découpez-le, marinez-le pour plus de saveurs et assaisonnez-le généreusement selon vos plats !

Tempeh de Pois Chiches BIO en cubes épicé au "Curry"

France

Art. 7275, carton de 5x1 kg

182 kcal / 756 kJ / Protéines 12,4 / Matières grasses 2,1 / dont AG sat. 0,3 / HC 26,9 / dont sucres 0,3 / Sel 0,9 / Fibres 2,3

Décongélation 24h en chambre froide avant utilisation.

A déguster à la poêle, frit, au four ou au barbecue avec un filet d'huile d'olive. Servez-les accompagnés d'un riz parfumé et de légumes au curry et lait de coco. Peut aussi se manger frais en l'incorporant directement à l'un de vos plats préférés pour y ajouter une touche de protéines.

BOULANGERIE VEGAN

VEGAN



Kern Sammet[®]
L'art suisse de la boulangerie

Produit en Suisse

sur commande

Croissant vegan

** Art. 13410/4219, carton de 60x70

gr

Laisser décongeler sur une plaque env. 20 min. Cuire à la vapeur env. 24 min. à env. 200°C (four à circulation d'air à env. 180°C). A consommer rapidement.

Convient aux régimes vegan.

**A commander 4 jours ouvrables en avance.

VEGAN



Kern Sammet[®]
L'art suisse de la boulangerie

Produit en Suisse

sur commande

Croissant rustique vegan

** Art. 13412/4220, carton de

60x70 gr

Laisser décongeler sur une plaque env. 20 min. Cuire à la vapeur env. 24 min. à env. 200°C (four à circulation d'air à env. 180°C). A consommer rapidement.

Convient aux régimes vegan.

**A commander 4 jours ouvrables en avance.

VEGAN



Kern Sammet[®]
L'art suisse de la boulangerie

Produit en Suisse

sur commande

Croissant à la saumure vegan

** Art. 13413/4221, carton de 60x70

gr

Laisser décongeler sur une plaque env. 20 min. Cuire à la vapeur env. 24 min. à env. 200°C (four à circulation d'air à env. 180°C). A consommer rapidement.

Convient aux régimes sans vegan.

**A commander 4 jours ouvrables en avance.

VEGAN



Kern Sammet[®]
L'art suisse de la boulangerie

Produit en Suisse

sur commande

Croissant au chocolat vegan

** Art. 13411/4232, carton de 28x140

gr

Laisser décongeler sur une tôle env. 20 min. Cuire à la vapeur pendant env. 22 min à env. 200°C (four à chaleur tournante env. 180°C). Une fois cuit, décorer à volonté. A consommer rapidement.

Convient aux régimes vegan.

**A commander 4 jours ouvrables en avance.

VEGAN



Kern Sammet[®]
L'art suisse de la boulangerie

Produit en Suisse

sur commande

Escargot à la cannelle vegan

** Art. 9348/4059, carton de 50x140 gr

Laisser décongeler sur une tôle env. 30 min. Cuire à la vapeur env. 21-25 min à env. 200°C (four à circulation d'air à env. 180°C). Une fois cuit, glacer à volonté.

Convient aux régimes vegan.

**A commander 4 jours ouvrables en avance.

GOURMANDISES

Friandises crues - sans lactose - sans gluten - sans sucre ajouté mais pleines de saveurs!



5 cm
Produit Belgique

Gourmandise Citron vert-Mangue

(cake portionné individuellement)

Art. 13420, plateau de 12

pièces de 65 gr

Dessert cru prêt à manger composé d'une croûte de datte et de fruits secs et de mousses citron vert et mangue. Retirer les raw cakes du congélateur 2h avant de les consommer et les laisser reposer au frigo (2-7°C) dans leur emballage fermé. 7 jours entre 2 et 7°C.

Convient aux régimes sans gluten / sans lactose / vegan.



5 cm
Produit Belgique

Gourmandise Framboises-Myrtilles

(cake portionné individuellement)

Art. 13421, plateau de 12

pièces de 65 gr

Dessert cru prêt à manger composé d'une croûte de datte et de fruits secs et de mousses framboise et myrtille. Retirer les raw cakes du congélateur 2h avant de les consommer et les laisser reposer au frigo (2-7°C) dans leur emballage fermé.

Convient aux régimes sans gluten / sans lactose / vegan.



5 cm
Produit Belgique

Gourmandise Tiramisu

(cake portionné individuellement)

Art. 13423, plateau de 12

pièces de 65 gr

Dessert cru prêt à manger composé d'une croûte de datte et de fruits secs et de mousses vanille, café et chocolat. Retirer les raw cakes du congélateur 2h avant de les consommer et les laisser reposer au frigo (2-7°C) dans leur emballage fermé. 2 et 7°C.

Convient aux régimes sans gluten / sans lactose / vegan.



5 cm
Produit Belgique

Gourmandise Caramel-Chocolat

(cake portionné individuellement)

Art. 13422, plateau de 12

pièces de 65 gr

Dessert cru prêt à manger composé d'une croûte de datte et de fruits secs, d'un caramel de datte et de chocolat. Retirer les raw cakes du congélateur 2h avant de les consommer et les laisser reposer au frigo (2-7°C) dans leur emballage fermé. 9 jours entre 2 et 7°C.

Convient aux régimes sans gluten / sans lactose / vegan.



5 cm
Produit Belgique

Gourmandise Fruits de la Passion et Framboises

(cake portionné individuellement)

Art. 13424, plateau de 12

pièces de 65 gr

Dessert cru prêt à manger composé d'une croûte de datte et d'amandes, de noix de cajou, lait de coco, de fruits de la passion et de framboises. Retirer les raw cakes du congélateur 2h avant de les consommer et les laisser reposer au frigo (2-7°C) dans leur emballage fermé. 9 jours entre 2 et 7°C.

Convient aux régimes sans gluten / sans lactose / vegan.



5 cm
Produit Belgique

Gourmandise Chocolat et Noisettes

(cake portionné individuellement)

Art. 13425, plateau de 12 pièces

de 65 gr

Dessert cru prêt à manger composé d'une croûte de datte, lait de coco, de chocolat noir et de noisettes. Retirer les raw cakes du congélateur 2h avant de les consommer et les laisser reposer au frigo (2-7°C) dans leur emballage fermé. 9 jours entre 2 et 7°C.

Convient aux régimes sans gluten / sans lactose / vegan.

des gourmandises crues sans beurre ni lait ni oeufs mais à base de dattes, d'amandes, de noix de cajou, de lait de coco, de fruits ou de cacao->les gourmandises crues conservent tout leurs vitamines, minéraux et enzymes! des pâtisseries véganes, crues, sans conservateurs, sans colorant et sans gluten = des desserts sains, délicieux et respectueux de notre corps et de notre planète.

DESSERTS VEGAN

NOUVEAU



VEGAN

Produit Grande-Bretagne

Chocolat Fudge Cake Vegan

Art. 9737, carton de 30

pièces de 78 gr

Retirer les tranches individuelles pendant la congélation. Décongeler pendant 2-3 heures à température ambiante.

Après décongélation, le garder couvert à température ambiante et à utiliser dans les 3 jours - mettre couvert au frigo pour la nuit.

Convient aux régimes sans vegan / sans lactose.

NOUVEAU



VEGAN

Produit Grande-Bretagne

Carrot Cake Vegan

Art. 9738, carton de 30

pièces de 76 gr

Retirer les tranches individuelles pendant la congélation. Décongeler pendant 2-3 heures à température ambiante.

Après décongélation, le garder couvert à température ambiante et à utiliser dans les 3 jours - mettre couvert au frigo pour la nuit.

Convient aux régimes sans vegan / sans lactose.

NOUVEAU



VEGAN

Produit Grande-Bretagne

Brownie chocolat noir Vegan

Art. 9739, carton de 14

pièces de 74 gr

Retirer les tranches individuelles pendant la congélation. Décongeler pendant 2-3 heures à température ambiante.

Après décongélation, le garder couvert à température ambiante et à utiliser dans les 3 jours - mettre couvert au frigo pour la nuit.

Convient aux régimes sans vegan / sans lactose.

VEGAN



Kern & Sammet
C'est suisse de la boulangerie

Produit en Suisse

sur commande

Chocolat chip cookies Vegan

Art. 8377/4111, carton de 48

pièces de 72 gr

Déposer sur une plaque, cuire sans vapeur pendant env. 11-14 min à env. 180°C (four à circulation d'air à env. 175°C).

Convient aux régimes sans vegan.

**A commander 4 jours ouvrables en avance.

VEGAN



Kern & Sammet
C'est suisse de la boulangerie

Produit en Suisse

sur commande

Strudel aux pommes viennois Vegan

Art. 9053/4159, carton

de 4 pièces de 1250 gr

Déposer congelé sur une plaque à pâtisserie avec du papier sulfurisé et cuire au four à environ 220-230 °C, environ 20-25 min. Dès que le vortex commence à déchirer sur le côté, retirez immédiatement du four! Saupoudrer chaud de beurre liquide à volonté et saupoudrer de sucre glace.

Convient aux régimes sans vegan.

**A commander 4 jours ouvrables en avance.

VEGAN



Kern & Sammet
C'est suisse de la boulangerie

Produit en Suisse

sur commande

Mini strudel aux pommes viennois Vegan

Art. 9051.1/4656, carton de 27 pièces de

110 gr

Poser sans décongeler sur une plaque recouverte de papier de cuisson et cuire à env. 200°C 10-12 min. Si désiré, badigeonner le strudel encore chaud avec du beurre fondu et le saupoudrer avec du sucre glace.

Convient aux régimes sans vegan.

**A commander 4 jours ouvrables en avance.

BOULANGERIE 2025

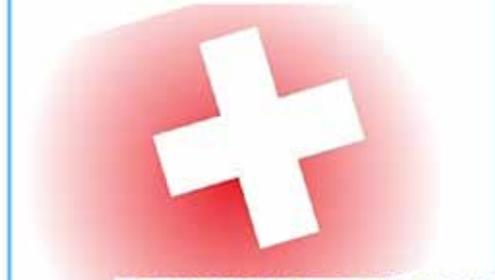


TRAITEUR
SNACKING



www.bolaysa.ch ☎ 022 367 25 50 ✉ commande@bolaysa.ch

LABELS 2025



PRODUITS SUISSES
PÊCHE DURABLE
CULTURE BIOLOGIQUE



www.bolaysa.ch ☎ 022 367 25 50 ✉ commande@bolaysa.ch

PÂTISSERIES 2025



www.bolaysa.ch ☎ 022 367 25 50 ✉ commande@bolaysa.ch

SAVEURS 2025



www.bolaysa.ch ☎ 022 367 25 50 ✉ commande@bolaysa.ch



www.bolaysa.ch ☎ 022 367 25 50 ✉ commande@bolaysa.ch