

LES NOUVEAUTÉS MON FOURNIL - PRINTEMPS / ÉTÉ 2020

Mon Fournil innove avec quatre nouvelles farines et une féculé de pomme de terre bio, de quoi repartir sur de bonnes bases et manger équilibré cette année !

LES FARINES COMPLÈTES T150 BIO

Mon Fournil propose deux nouvelles farines complètes T150 bio dans sa gamme : la farine de blé et la farine d'épeautre.

Les principales différences ? La farine d'épeautre apporte une légère saveur de noisette et est tolérée par certains intolérants au gluten de blé. On les utilise en remplacement de la farine classique dans les recettes de pains complets, pâtisseries, gâteaux, biscuits, crêpes, pâtes à tartes...

Ces deux farines sont très riches en fibres et en minéraux et possèdent un indice glycémique plus bas que les farines raffinées. On peut facilement remplacer l'une par l'autre et bénéficier ainsi de tous les apports nécessaires dans le cadre d'une alimentation équilibrée et variée. Elles sont idéales pour les sportifs, les seniors, les personnes diabétiques ou qui surveillent leur ligne.

FARINE COMPLÈTE T150 BIO

Disponible en paquet de 1 kg - Vendue en GMS - 2,35€* le paquet

[Recette](#)

FARINE D'ÉPEAUTRE COMPLÈTE T150 BIO

Disponible en paquet de 1 kg - Vendue en GMS - 4,69€* le paquet

[Recette](#)



FARINE DE SOUCHET BIO SANS GLUTEN

Le souchet est un petit tubercule originaire du bassin méditerranéen, plus connu sous le nom de « noix tigrée ».

La farine de souchet peut s'utiliser seule ou mélangée à d'autres farines. Elle remplace la poudre d'amande et apporte la même gourmandise aux recettes, avec moins de calories. On l'utilise pour sa texture et sa saveur dans les recettes de crumbles, gâteaux, muffins, biscuits, pâtes à tartes... Non allergène, elle est idéale pour les personnes allergiques aux fruits à coque. Elle a de très nombreuses vertus nutritionnelles puisqu'elle est riche en fibres, en Oméga 6, en vitamines et minéraux et a un faible indice glycémique. Elle contribue également au maintien d'un taux de cholestérol normal et a un effet coupe faim. Elle est idéale pour tous les gourmands mais aussi pour les sportifs, les seniors, les personnes diabétiques ou qui surveillent leur poids.

Disponible dès mars en paquet de 400 g

Vendue en GMS - 8,45€* le paquet / Recettes sur demande



FARINE D'AVOINE BIO SANS GLUTEN

Encore délaissée il y a quelques années, l'avoine revient aujourd'hui sur le devant de la scène. La farine d'avoine peut être utilisée en remplacement de la farine de blé, seule ou mélangée à d'autres farines Mon Fournil. Les inconditionnels des flocons d'avoine seront séduits par son goût et son odeur. On l'utilise notamment dans les recettes de gâteaux, crêpes, pancakes, gaufres, bowlcakes, pâtes à tartes... C'est une farine riche en fibres avec de nombreuses vertus nutritionnelles puisqu'elle est notamment riche en vitamines et en antioxydants et a un faible indice glycémique. Elle participe au maintien d'un taux de cholestérol normal et a un effet rassasiant. Tout comme la farine de souchet, elle sera appréciée des sportifs, seniors, personnes diabétiques ou qui surveillent leur ligne.

Disponible dès mars en paquet de 400 g
Vendue en GMS - 4,25€* le paquet / Recettes sur demande



FÉCULE DE POMME DE TERRE BIO SANS GLUTEN

La fécule de pomme de terre est utilisée en cuisine comme épaississant et donne du crémeux aux sauces, soupes, crèmes et flans. Pour les cuisiniers, c'est un véritable indispensable à avoir dans son placard.

Elle est aussi particulièrement adaptée à la réalisation des gnocchi en leur donnant une texture plus souple et facile à travailler, en plus d'une jolie couleur. Enfin elle permet d'obtenir des gâteaux et des pains aérés, moelleux et améliore leur conservation. Utilisez également la fécule de pomme de terre dans vos pâtisseries orientales, raviolis asiatiques, polonais ou vos gâteaux de Savoie.

Disponible en paquet de 250 g
Vendue en GMS - 2,90€* le paquet

[Recette](#)



Visuels téléchargeables dans ce lien:

<https://bit.ly/2Z5t05J>

La Philosophie Mon Fournil

Promesse d'un pain toujours réussi, qualité gastronomique et démarche environnementale, telles sont les valeurs des produits Mon Fournil. L'entreprise a aussi développé toute une gamme de farines et préparations culinaires, salées et sucrées pour permettre à chaque cuisinier, du plus novice au plus expérimenté, de mettre la main à la pâte tout en apportant une petite touche personnelle à ses plats.

Points de vente :

<https://www.monfournil.fr/acheter-nos-produits/>