

finisterra
COOPÉRATIVE ENGAGÉE

DU
6 JUIN
AU
1^{er} JUILLET
2024

**FÊTE DES
BRASSEURS
LOCAUX**



finisterra

COOPÉRATIVE ENGAGÉE

Finisterra est une coopérative de consommation 100 % bio et locale dans le Nord Finistère depuis 1984 qui regroupe, aujourd'hui, 9 magasins membres du réseau Biocoop (Saint-Pol-de-Léon, Saint-Martin-des-Champs, Lesneven, Plouzané, Saint-Renan et 4 magasins à Brest et Guipavas).

Dans nos magasins, vous pourrez retrouver des produits :

- **100 % bio** : le cahier des charges Biocoop est plus exigeant que le règlement européen de l'Agriculture Biologique (compositions, transport, social, etc.).
- **Locaux**, grâce à nos 160 producteurs situés à moins de 150 km de nos magasins (fruits et légumes, pain, fromage, produits d'épicerie salée et sucrée, produits frais, ...).
- **Issus du commerce équitable** Nord/Sud mais également d'origine France avec la relocalisation de filières *Nos Paysan-ne-s Associé-e-s* et le logo Bio Équitable en France. 28,4 % de l'offre disponible en magasin Biocoop est issue du commerce équitable pour une juste rémunération des producteurs.
- **De saison** puisque nos magasins respectent la saisonnalité des fruits et légumes. Si ce n'est pas de saison, ce n'est pas en rayon !
- **Vrac** pour vos courses zéro déchet. 34 % de notre offre était déjà en vrac, ou en emballage réutilisable. Pour aller plus loin dans cet enjeu écologique majeur, Biocoop s'est fixé un objectif pour 2025 : avoir 50 % des produits vendus sous une forme non emballée ou en emballage réutilisable.

SOMMAIRE

QU'EST-CE-QUE LA BIÈRE BIO ?	3
LES ÉTAPES DE FABRICATION	4
CARTES DE NOS BRASSEURS LOCAUX	5
NOS BRASSEURS LOCAUX	6
La Brasserie Graphique.....	6
Brasserie L'Urbaine.....	7
Brasserie du Merlin	8
Arvarus	9
Poèm	10
Brasserie Rosko.....	11
Brasserie Kerampont	12
Baril	13
Brasserie Cézou.....	14
BIÈRE COLLABORATIVE #3	15
COUPS DE COEUR DES SALARIÉS.....	16
RECETTES APÉRITIVES.....	18

QU'EST-CE QUE LA BIÈRE BIO ?

Il n'existe pas de différences réglementaires entre les bières bio et les bières conventionnelles... sauf les matières premières utilisées.

Les bières bio sont fabriquées à partir d'ingrédients biologiques, plus qualitatifs. L'eau utilisée est une eau de source ou tirée du réseau puis filtrée pour en retirer chlore et nitrates. La levure est garantie sans OGM et les céréales à l'origine du malt sont bio.

Chez Biocoop, nous choisissons des bières 100 % bio élaborées à partir d'ingrédients sélectionnés pour leurs qualités nutritionnelles et organoleptiques.

Nous privilégions les bières artisanales, brassées en France par des brasseurs indépendants. Les brasseurs sont choisis pour leur démarche sociale et environnementale. **Ils s'engagent à limiter leur consommation d'eau, à utiliser des énergies renouvelables et à s'approvisionner en matières premières au plus proche.**

FOCUS SUR L'IBU

L'IBU (International Bitterness Unit) est l'unité utilisée par les brasseurs pour mesurer l'amertume de leurs bières. Plus l'IBU est élevé, plus l'amertume peut être importante (sa perception pouvant être nuancée par les arômes et saveurs de la bière apportés par le malt et les houblons).

LES CARACTÉRISTIQUES ORGANOLEPTIQUES

Entre les différents malts, houblons, levures, les temps variables de fermentation, les goûts et les saveurs sont infinis !



BIÈRE BLANCHE

Robe blanche à jaune pâle
Saveur douce et acidulée,
arômes d'épices et d'agrumes

BIÈRE BLONDE

Robe jaune paille/dorée
Saveur légèrement sucrée,
arômes fruités

BIÈRE AMBRÉE

Robe ambrée
Saveur légèrement sucrée et
maltée, arômes caramélisés

BIÈRE ROUSSE

Robe ambrée/rouge
Saveur maltée, arômes
d'épices

BIÈRE BRUNE

Robe brune
Saveur légèrement sucrée,
arômes de café et de céréales
grillées

BIÈRE BLONDE IPA

Robe ambrée
Saveur amère, arômes
d'agrumes et de fruits
exotiques

La majorité des bières conventionnelles ont un IBU autour de 16.
Plus les bières deviennent complexes en bouche, plus l'IBU augmente.

LES ÉTAPES DE FABRICATION

Autrefois considérée comme une boisson pour éteindre la soif, la bière a peu à peu gagné ses lettres de noblesse. Aujourd'hui, la bière se déguste au même titre que le vin et s'adapte à tous les mets, selon son type : blonde, blanche, brune, ambrée, Pale Ale, aromatisée...



Les grains d'orge sont nettoyés, trempés dans l'eau chaude puis placés dans des germeoirs pendant plusieurs jours.

Le malt vert est séché pour arrêter sa germination. Cette étape, appelée touraillage, confère au malt son arôme et sa couleur.

Le malt est broyé puis chauffé avec de l'eau dans une chaudière à mûche.

Les enzymes terminent la transformation de l'amidon en sucres. **La mûche est ensuite filtrée.** Le liquide sucré, appelé moût, est porté à ébullition, puis le houblon est ajouté.

Le moût clarifié estensemencé avec de la levure : les sucres du moût sont ainsi transformés en alcool et en gaz carbonique.

3 types de fermentation : fermentation basse (7-11 °C), fermentation haute (de 18 à 26 °C), fermentation spontanée (moût exposé à l'air libre etensemencé par des levures sauvages).



La bière est mise en bouteilles dans des récipients sombres afin de filtrer les UV et de réduire l'oxydation éventuelle. Un traitement thermique de pasteurisation peut être effectué pour stabiliser la bière.

Certains brasseurs font refermenter la bière après la mise en bouteilles, pendant plusieurs semaines voire plusieurs années (bières millésimées).



La bière est transférée dans des cuves pour subir une seconde fermentation. **Lorsque la période de maturation est terminée,** elle est filtrée pour enlever les éventuelles particules solides encore présentes.

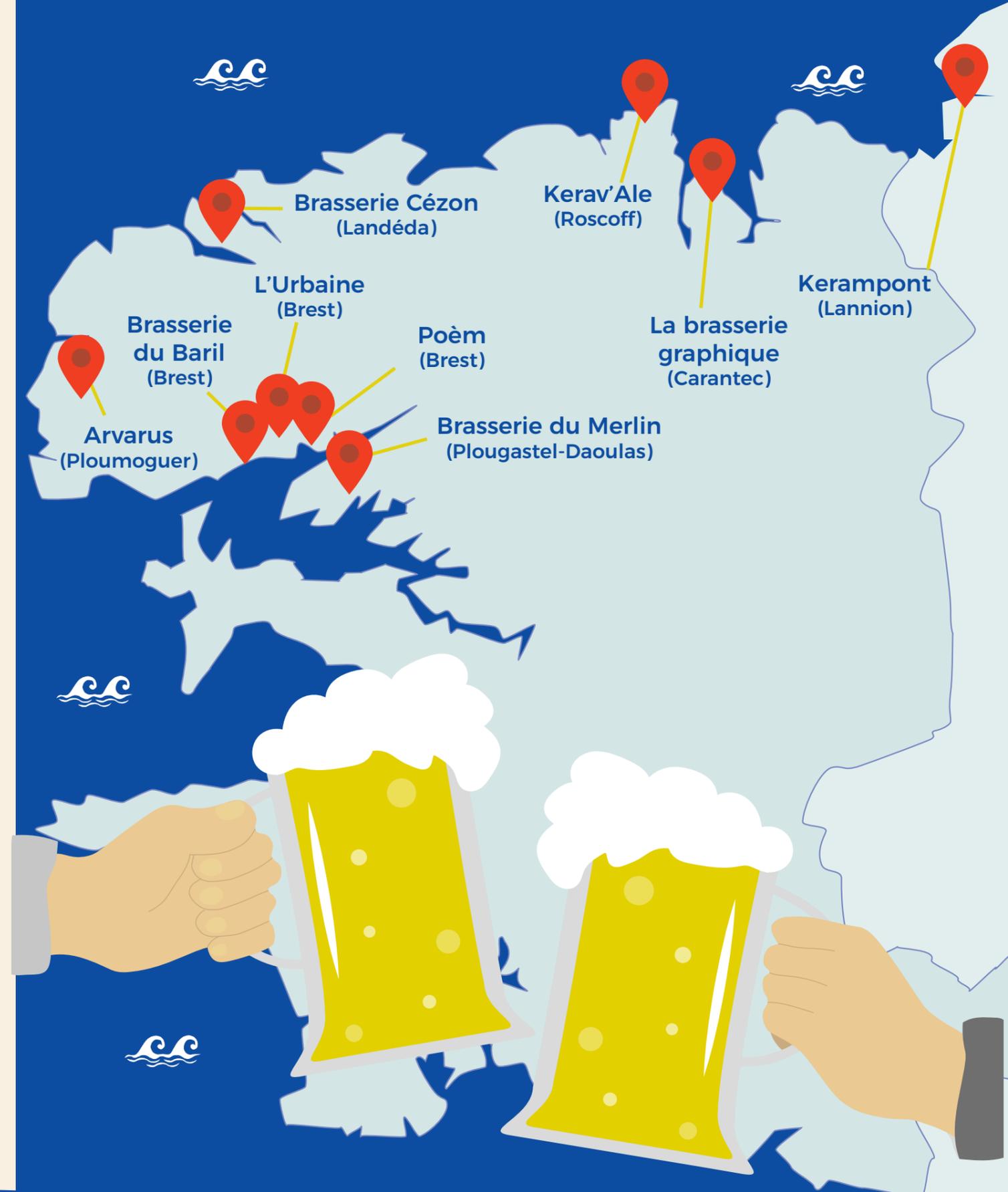
À savoir

Au niveau artisanal, la filtration et la pasteurisation ne sont pas courantes : la bière contient encore des levures permettant de fermenter les sucres résiduels. **Il est donc recommandé de conserver ces bouteilles debout et de verser la bière délicatement.**

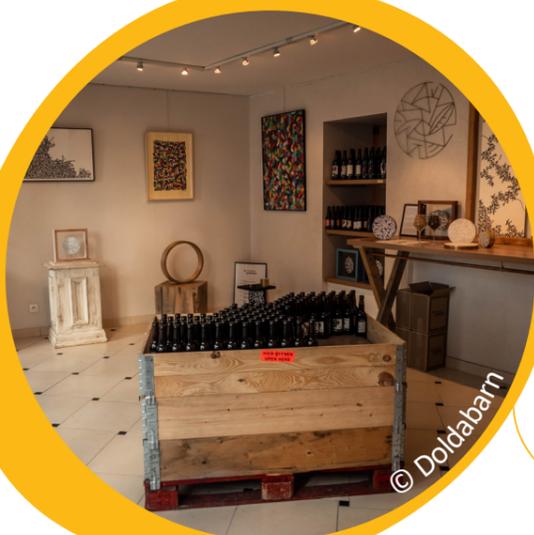


L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

NOS BRASSEURS LOCAUX



la brasserie
- graphique
bière artisanale ★ Carantec



-5%

Sur l'ensemble de
la gamme



-10%

Sur les bières
ci-dessous

La Brasserie Graphique est installée dans une galerie d'art bretonne, à Carantec, petite ville nichée au cœur de la baie de Morlaix. Notre idée est simple : conjuguer le savoir-faire du brassage de bières de dégustation à la créativité des artistes exposés. Nous co-créons toutes nos bières avec des artistes : de la recette à l'étiquette. Puis nous exposons les œuvres des artistes dans notre galerie. Le client emporte ainsi une bière unique en son genre, créative, authentique et de qualité.

La Brasserie l'urbaine est une brasserie du centre-ville brestois, en plein cœur du quartier Saint-Martin. Nous sommes un atelier de création et de production de bières artisanales, en constante effervescence, à la recherche de nouvelles saveurs et toujours dans un esprit éco-responsable.

Les suggestions de la brasserie :



Carto-graphique

33 & 75 cl • 5,2°

Bière blonde légère et équilibrée aux notes de miel et d'agrumes.

Artiste : Hélène Lattelais



Litho-graphique

33 & 75 cl • 6°

Bière ambrée légère, maltée, aux notes de caramel et à l'amertume résineuse.

Artiste : Ivan Sigg



Hydro-graphique

33 & 75 cl • 5,1°

Bière blanche de blé non filtrée, brassée avec des citrons verts.

Artiste : Jonathan Florent



Duo-graphique

33 & 75 cl • 4°

2 malts
2 houblons
2 artistes.
Bière IPA légère aux notes d'agrumes.

Artistes : Man & Pia

Médaille d'argent au concours international de Lyon en 2023 !



La Metal Earth

33 & 75 cl • 5,4°

Brown Ale : bière ambrée céréalière, aux saveurs torréfiées et de fruits secs, venant s'équilibrer avec une amertume bien présente aux notes florales.



L'étoile rouge

33 & 75 cl • 5,3°

IPA : Bière à l'amertume modérée qui vient s'équilibrer avec des notes de fruits jaunes et d'ananas. Le poivre de Sichuan apporte des notes épicées et de pamplemousse en fin de bouche.



La 49-3

33 & 75 cl • 5,2°

La bière qui s'impose ! Wheat beer : bière de froment ronde et céréalière, relevée par des notes fruitées de mangue, apportées par le houblon.



La Pop

33 & 75 cl • 3,8°

Popchic dans les prés ! Session IPA : bière blonde légère et sèche à l'amertume bien franche. Elle développe des saveurs très fruitées de mandarine et de fruits rouges.





-10%

Sur les bières
ci-dessous

La micro-brasserie du Merlin a vu le jour dans le petit hameau de Lodoen sur la commune de Plougastel-Daoulas. C'est en 2018 que la toute première bière artisanale du Merlin est sortie des chaudrons ! Face à la demande grandissante, la brasserie déménage pour des locaux plus adaptés sur la zone de Toull Ar Ranig, au centre de Plougastel-Daoulas. Ayant à cœur de proposer des produits de qualité, elle s'est naturellement tournée vers l'association "Nature et Progrès", pionnière de la Bio défendant des valeurs auxquelles elle est particulièrement attachée. Les matières premières sont sélectionnées afin qu'elles soient exclusivement issues de l'Agriculture Biologique et les plus locales possible.

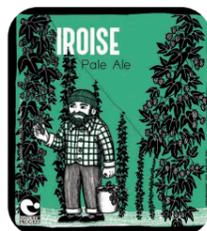
La sélection de la brasserie :



Lodoen ESB

33 & 75 cl • 4,5°

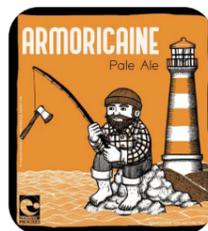
Ambrée de type Extra Special Bitter à la saveur de malts doucement toastés et caramélisés. Finale sèche et légèrement amère. Produit 100 % Breton : Malt et Houblon de Bretagne !



Iroise Pale Ale

33 & 75 cl • 7°

Double Hazy IPA, blonde crispy délivrant une nette amertume houblonnée, sublimée par un Dry Hopping généreux délivrant des notes herbacées et de fruits tropicaux. Malts Bretons et Houblons Américains (Mosaic / El Dorado) !



Armoricaine Pale Ale

33 & 75 cl • 4,8°

Bière blonde de type English Pale Ale, chapeautée d'un fine mousse blanche, délivrant des notes mielleuses de malt agrémentée d'une touche floral houblonnée. Produit 100 % Breton : Malt et Houblon de Bretagne !



 PLOUGASTEL-
DAOULAS

 L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.



ARVARUS
BIÈRES INCERTAINES



-10%

Sur l'ensemble de
la gamme

La légende raconte que le Docteur Arvarus n'était pas venu en Pays d'Iroise pour contempler la mer. Il chassait. Ses proies : des esprits, des génies qu'il était seul à voir, et qu'il embouteillait, chacun selon sa nature, ses saveurs et ses propriétés. Opération délicate, instable et incertaine, mais triomphalement renouvelée. Il disait : "la place de l'esprit est dans la fiole". C'est pourquoi, chacune à sa manière, les bouteilles du Docteur Arvarus sont habitées d'un esprit subtil, comme autant d'attrape-rêves.

Créée en 2018 par Maxime, ancien ouvrier agricole originaire de Plougonvelin, et Régis, infirmier en reconversion, Arvarus est une micro-brasserie née d'une envie de créer des bières artisanales uniques et surprenantes. D'inspiration anglo-saxonne, leurs bières sont élaborées à partir de malts, houblons et levures biologiques de qualité, et sont fabriquées dans le respect de la tradition, sans ajout de substances artificielles. Découvrez leur gamme permanente complétée par des bières éphémères, résultat d'un savant mélange de passion et de technicité !

Les suggestions de la brasserie :



Export Stout

• 7,5°

Noire, charpentée d'une pièce, c'est un esprit exigeant, qui réserve son amertume aux connaisseurs.

Médaille d'argent au Concours international de Lyon en 2023.

Wit Bier

• 5,5°

Bière blanche naturellement trouble, rondeur et douceur ravigotée par une petite pointe acidulée.

Médaille d'or au Concours international de Lyon en 2023.



 PLOUMOGUER

 L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

Poëm
COMPAGNIE DES BRASSERIES MARITIMES



-30%

Sur une bière
différente chaque
semaine

Poëm est une brasserie artisanale bio installée depuis 6 ans entre les deux ports de Brest. Elle propose 8 recettes permanentes toute l'année, une recette éphémère tous les deux mois ainsi qu'une limonade. Poëm s'est développée en circuit court, soutient les productions et l'économie locale et solidaire, ainsi que les animations autour de la mer. Fait rare, ses matières premières, en plus d'être bio sur l'ensemble de sa production, sont 100 % bretonnes (sauf parfois quelques houblons pour ses éphémères, ses levures & les ingrédients de sa limonade qui sont exotiques à défaut d'être nationalisés bretons). Ses bières ne contiennent aucun produit chimique et ne sont pas pasteurisées. Elles sont clarifiées naturellement et sont totalement véganes : chaque brassin est un vrai millésime !

La sélection de la brasserie :

-30% du 6 au 8 juin

-30% du 10 au 15 juin

-30% du 17 au 22 juin

-30% du 24 juin
au 1^{er} juillet



La Rime Royale

33 & 75 cl • 5°

Bière blonde qui met en avant la rondeur et la douceur du malte. Se consomme par grand soleil comme en pleine tempête. Elle s'est distinguée en 2020 d'une médaille d'or au concours des bières bretonnes !



La Ballade

33 & 75 cl • < 1,2°

Bière blonde cuivrée sans alcool avec un réel goût de caractère et une belle tenue en bouche. Se consomme par grand soleil comme en pleine tempête.



L'Idylle

33 & 75 cl • 4,7°

Bière blanche qui se distingue par sa douceur et ses notes d'agrumes. Se consomme en toute saison et sera particulièrement appréciée aux beaux jours. Elle s'est distinguée en 2020 d'une médaille d'argent au concours des bières bretonnes !



L'embrassée

33 & 75 cl • 5,2°

Bière ambrée qui met en avant une base maltée et une variété de houblons agrumés. Elle se consomme en toute saison, mais sera particulièrement appréciée par temps typiquement breton.



-10%

Sur l'ensemble de
la gamme

Fondée en 2005 par Jean Yves Jacob, la brasserie Kerav'ale est l'histoire d'une passion pour la bière et d'un ancrage local. Située à Roscoff, dans le Finistère Nord, la Brasserie Kerav'ale produit depuis près de 20 ans de la bière artisanale bretonne. La brasserie, tout comme la cidrerie dont elle partage les locaux, est certifiée bio depuis 2009. Les bières artisanales Rosko, de fermentation haute, ne sont ni filtrées ni pasteurisées, ce qui garantit leur authenticité. Depuis la transmission en 2023 à Benoit Camus, la nouvelle équipe a à cœur de perpétuer le savoir-faire pour vous proposer ses meilleurs produits dans un esprit de partage de sa passion.

Les suggestions de la brasserie :



Rosko IPA

33 & 75 cl • 5°

Bière cuivrée à l'amertume prononcée mais équilibrée par des saveurs d'agrumes et de fruits tropicaux.



Rosko Ambrée

33 & 75 cl • 4,5°

Bière de couleur ambrée. Véritable Bitter anglaise. Empreinte de notes abricotées et de caramel. Magnifique final amer. Une bière qui en appelle une autre !



Rosko Blonde

33 & 75 cl • 4,5°

Bière blonde, légère, au caractère vif et tonique avec des saveurs citronnées. Elle est désaltérante et idéale pour vos après-midis ou longues soirées d'été.



Rosko Blanche

33 & 75 cl • 4,5°

Bière de Froment, légèrement épicée aux saveurs d'agrumes avec une mousse fine et persistante. C'est une bière très rafraichissante.

BREST

ROSCOFF

Pour les suivre :

f @poembrest
i @poem_biere_bio

Pour les suivre :

f @Brasserie-Cidrerie
Rosko & Kerav'ale



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.



-10%

Sur l'ensemble de la gamme

La Brasserie Kerampont a été créée en 2015 par Isabelle Metayer, rejointe par Guillaume Gendre en 2019 en tant que brasseur. En 2020, Guillaume reprend la brasserie, change les étiquettes et améliore la gamme. Animé d'une volonté à la fois d'améliorer la qualité et la diversité des bières, d'alléger l'empreinte écologique de l'entreprise, Guillaume souhaite aussi ouvrir le lieu au public en y créant des événements. En avril 2022, Charly rejoint l'équipe désormais composée de deux brasseurs mutlitâches et d'un apprenti. L'été dernier, Kerampont a lancé une gamme de boissons sans alcool : une boisson pétillante au houblon et une boisson pétillante au gingembre !

Les suggestions de la brasserie :



Gwin Zegal

• 5°
La Gwin Zegal, le « vin de seigle » en breton, est une bière blanche au seigle. De la vivacité et un corps léger.

Beg Lager

• 5°
La « Beg Lager », est une blonde de fermentation basse, une « lager », au malt à whisky tourbé, offrant des saveurs légèrement fumées en fin de bouche. Un clin d'oeil également à la magnifique pointe de Beg Leguer.



LANNION



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.



-10%

Sur l'ensemble de la gamme

La brasserie du Baril a été créée par Benoît en 2015 dans le quartier Saint-Pierre, avec la volonté de redonner à Brest son savoir-faire brassicole et de proposer une bière produite à partir de matières premières biologiques et locales. Aujourd'hui, il est entouré de Sébastien, Guillaume, Daniel et Antoine. Leur devise : « In Craft Beer We Trust » ou « Nous croyons en la bière artisanale » ! Pour aller plus loin dans la valorisation du territoire, ils donnent toutes leurs « drêches » à la ferme de Traon Bihan pour l'alimentation des vaches. Leur lait est reconverti en yaourts fermiers qui sont ensuite servis dans les cantines de la ville aux petits Brestoïses. Une entreprise engagée au savoir-faire aujourd'hui reconnu. Laissez vous tenter par leurs bières follement houblonnées !

Les suggestions de la brasserie :



Captain Baril

33 & 75 cl • 6,5°
La Captain viendra parfumer votre nez dès son service et tapissera votre bouche de notes exotiques (fruit de la passion, mangue) et d'agrumes (pamplemousse, mandarine, citron). Accompagne très bien d'excellentes viandes grillées. Servir à 8°C maximum.



Baril Originale

33 & 75 cl • 5,3°
Servie à 6/8°, elle offrira au palais de fines notes de noisette et de caramel. Le houblon procurera des sensations agréables par sa finesse qui rappellera le pamplemousse. En fin de bouche, ses fines bulles dévoileront une délicate amertume.



La Baril White

33 & 75 cl • 4,9°
Bière blanche désaltérante, avec une amertume qui reste agréablement en bouche. On retrouve des notes assez puissantes d'agrumes, suivies de notes de levures, de froment et d'épices.

BREST



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

BRASSERIE
- EST. 2019 -
Cézon



-5%

Sur l'ensemble de la
gamme classique

Cézon, c'est la micro-brasserie artisanale que Matthieu Leruste a créée en 2019 à Landéda. Son nom, emprunté à une petite île des Abers, reflète à merveille le concept de la brasserie où sont produites des bières créatives de haute fermentation au fil des quatre saisons, ainsi que des bières éphémères qui sauront vous étonner, comme la toute dernière bière collaborative entre Finisterra et Cézon : une blonde style American Wheat Ale, agréable et légère aux notes fruitées. Cézon, c'est aussi une brasserie engagée, qui se fournit en matières premières biologiques et locales en priorité, qui limite son impact écologique par un soin accordé à la gestion de l'eau et la revalorisation des déchets et qui favorise les circuits courts.

La gamme classique de la brasserie :



Cézon de printemps

33 & 75 cl • 6°

Ale au miel : bière au miel des Abers, aux notes gourmandes et savoureuses.



Cézon d'été

33 & 75 cl • 5,5°

American wheat : bière rafraîchissante, avec une amertume prononcée et des arômes fruités.



Cézon d'automne

33 & 75 cl • 4,5°

Dry stout : de tradition Irlandaise, bière dense et sèche aux notes de café et chocolat.



Cézon d'hiver

33 & 75 cl • 5,2°

Dubbel Belge : bière intense et maltée, avec des arômes doux et sucrés.

BIÈRE COLLABORATIVE #3

♥ COUP DE CŒUR DE L'ENSEMBLE DE LA COOPÉRATIVE ♥

Pour la troisième année consécutive, nous collaborons avec la brasserie Cézon (Landéda) pour la sortie d'une bière collaborative #3. Elle est disponible dans les 9 magasins de la coopérative, dans la limite des stocks disponibles.

Cézon & Finisterra collaboration #3

33 & 75 cl • 5,5°

Bière blonde faite d'orge et de blé de style Wheat Ale, avec, côté houblon, des aromatiques puissants de fruits tropicaux et d'agrumes.



Mot des brasseurs :

« Pour cette nouvelle bière collaborative, nous sommes partis de malt d'orge et de froment ainsi que des houblons présentant des arômes prononcés de fruits tropicaux et de fruits à noyaux avec quelques notes de cèdre. Un breuvage idéal en cas de forte chaleur ! »

Matthieu & Michael

Vous retrouverez sur les bouteilles de 75 cl, ce pictogramme qui indique que les bouteilles sont consignées. Vous pourrez donc les rapporter dans les 9 magasins de la coopérative.



Pour le suivre :

@brasseriecezon
@brasseriecezon



LANDÉDA

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.



LANDÉDA

BREST

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

COUPS DE CŒUR

DES SALARIÉS

Les équipes de la coopérative vous partagent leurs produits apéritifs coups de cœur pour accompagner les bières locales !

COUPS DE CŒUR DE L'ÉQUIPE DE KERBIO RIVE DROITE



« Pour trinquer sans alcool »

**Boisson pétillante pomme cassis
LES FILLES DE L'OUEST**

2,81 € / 33 cl

Bière blonde sans alcool

LA CADETTE

6,87 € / 6 x 25 cl



COUPS DE CŒUR DE L'ÉQUIPE DE COCCINELLE



**Chips à l'algue kombu
saveur BBQ**

NÛRI

Savoureux, riche en fibres, pas gras
et made in Bretagne »

2,76 € / 50 gr

COUPS DE CŒUR DE L'ÉQUIPE DE KERBIO EUROPE



**Ktipiti végétal
Poivron grillé, noix de cajou,
haricot blanc et menthe**

L'ATELIER V

« Trop bon »

3,71 € / 150 gr

COUPS DE CŒUR DE L'ÉQUIPE DE KASTELL BIO



**Sablés apéritif en vrac
parmesan et graines de chia**

DAO

« Complètement addictif ! »

2,07 € / 100 gr

COUPS DE CŒUR DE L'ÉQUIPE ADMINISTRATIVE



**Noix de cajou grillées
au curry**

CROUSTISUD

« Noix de cajou entières et grillées,
avec une légère saveur de curry »

2,73 € / 100 gr

COUPS DE CŒUR DE L'ÉQUIPE DE KERBIO SIAM



**Tartare d'algues, figes & miel
ALGO MANNE**

« Sur un morceau de pain... à
tomber par terre ! »

5,51 € / 100 gr & 10,00 € / 200 gr

COUPS DE CŒUR DE L'ÉQUIPE DE PRIM'VERT

**Chips ondulées
CROUSTISUD**

« Un bon goût de pommes de terre et
un croustillant inégalé »

4,50 € / 200 gr



COUPS DE CŒUR DE L'ÉQUIPE DE BIO ABERS

**Breizh toasts au blé noir
ail et ciboulette**

BISCUITERIE DES VÉNÈTES

« Bon, local et original ! »

4,26 € / 125 gr



**Fromage de chèvre frais
ail et fines herbes**

LAMIRAULT

« Un pot généreux à tartiner ! »

3,80 € / 280 gr

**Pavé de brebis
au piment d'espelette**

GABRIEL COULET

« Idéal en petits cubes pour l'apéro »

32,19 € / kg



COUPS DE CŒUR DE L'ÉQUIPE DE KERBIO CENTRE VILLE

**Guacamole de patate douce au
lait de coco, sésame et algue
avec une pointe de curry**

BORD A BORD

« Une délicieuse alternative au
guacamole sans avocat »

3,92 € / 120 gr



COUPS DE CŒUR DE L'ÉQUIPE DE FINISTERRA DES TROIS POINTES



**Tortilla chips sour cream
ACAPULCO**

« Des chips crème oignons »

2,04 € / 125 gr

RECETTES

l'atelier V*
*VEGGIE GOOD DAY !

Notre producteur local, L'atelier V, vous propose deux recettes végétales et gourmandes !

Ingrédients (pour 4 à 8 personnes léguminivores) :

- Méli-mélo de tomates anciennes : 2-3 tomates, et une dizaine de tomates cerises
- 1 petite courgette jaune
- 1 pot de ktipiti L'atelier V*
- Quelques feuilles de basilic et de menthe
- 1 c.à.s d'huile d'olive
- 1 jaune d'oeuf
- Quelques pétales de fleurs : capucines, soucis ...
- 1 pâte feuilletée

Préparation :

1. Étaler la pâte feuilletée.
2. À l'aide d'une petite assiette, marquer un cercle dans le centre de la pâte.
3. Découper à l'aide d'un couteau plusieurs lignes au centre du cercle afin de former 8 à 10 triangles.
4. Sur l'extérieur du cercle, étaler une généreuse couche de ktipiti.
5. Découper les tomates et la courgette en lamelles et les tomates cerises en deux, puis les disposer sur le ktipiti.
6. Étaler au pinceau un peu d'huile d'olive sur les légumes
7. Rabattre les triangles de pâte sur la partie extérieure afin de former la couronne.
8. Dorer la pâte au jaune d'oeuf.
9. Mettre la tarte à cuire au four 15-20 min à 180°C
10. À la sortie du four, laisser la tarte refroidir sur une grille de refroidissement. Puis la décorer avec les feuilles de basilic, de menthe et les pétales de fleurs.

Ingrédients (pour 4 personnes léguminivores) :

- 2 pommes de terre
- 1 patate douce
- 1 panais
- 1 radis noir
- 1 à 2 carotte.s (Ou autre légumes racines comme la betterave, le navet, etc.)
- 1 brin d'herbe aromatique : romarin, thym, sarriette
- 2 belles c.à.s d'huile d'olive
- Du parmesan
- 1 à 2 c.à.s de graines de chanvre, sésame et/ou de la poudre d'amande
- 1 à 2 pots de houmous ou mezzé L'atelier V de votre choix

Préparation :

1. Laver les légumes et les passer à la mandoline afin de les couper en fines tranches,
2. Recouvrir une plaque de cuisson allant au four de papier sulfurisé,
3. Mélanger les tranches de légumes à l'huile d'olive et disposer chaque tranche sur la plaque de cuisson,
4. Saupoudrer chaque future chips de graines, d'herbe aromatique et de parmesan.
5. Mettre les chips au four pendant 20 min à 180°C. Surveiller la cuisson de vos chips régulièrement et ne pas hésiter à prolonger la cuisson si les chips ne sont pas suffisamment dorées.
6. Servir tiède ou froid avec vos houmous et mezzé favoris !



APERITIF



Notre producteur local de tartare d'algues, Bord à Bord, vous propose une recette de pain apéritif du soleil ou la focaccia de l'équipe !

Ingrédients (pour une foccacia) :

- 330 gr d'eau tiède
- 1 sachet de levure de boulanger sèche (environ 7/9 gr) ou son équivalent en levure fraîche
- 1 c.à.c de sucre semoule
- 3 c.à.s de mélange 3 algues Bord à bord
- 2 c.à.s d'huile d'olive extra vierge (pour la pâte) + pour la suite de la recette
- 500 gr de farine T55
- 1 c.à.c de sel
- Des olives vertes et noires
- Des tomates séchées
- Quelques feuilles de spaghetti de mer dessalées
- Des oignons nouveaux ou des cébettes
- Du romarin frais

Préparation

La veille :

1. Mettre la levure dans un bol avec l'eau tiède (surtout pas chaud car cela désactive la levure), ajouter le sucre et les algues, mélanger et laisser reposer pendant 10 minutes pour qu'elle s'active. Pendant ce temps, peser le reste des ingrédients.
2. Dans la cuve de votre machine à pain ou dans le bol d'un robot pétrisseur, verser ce mélange, recouvrir de la farine, du sel fin et ajouter l'huile d'olive. Pétrir pendant 15 minutes à vitesse moyenne/lente.
3. Laisser reposer la pâte pendant 15 minutes à couvert, puis pétrir à nouveau pendant 3 minutes, à répéter une autre fois.
4. Ajouter une bonne rasade d'huile d'olive et déposer la boule dans un contenant pouvant contenir 5 fois le volume de la pâte (en prévision de la levée de la pâte), masser un peu pour répartir l'huile d'olive, couvrir avec un film plastique ou un tissu imbibé de cire d'abeille et glisser au réfrigérateur pour une nuit (environ 12 heures).
5. Laisser pousser la pâte au frais est le secret de la réussite : cette fermentation lente permet aux arômes de se développer pleinement, et la pâte conserve tout son moelleux lors de la cuisson.

Le lendemain :

6. Sortir la pâte du réfrigérateur, déposer une feuille de cuisson sur votre plat de cuisson, ajouter généreusement de l'huile d'olive. Déposer la pâte.
7. Travailler légèrement pour former une « clé » sous la pâte, étaler légèrement avec vos doigts. Laisser lever pendant environ 2 heures à l'abri des courants d'air.
8. Préchauffer votre four à 180°C. Une fois chaud, faire des « trous » avec vos doigts sur le dessus de la focaccia, ajouter les spaghetti de mer, les olives, les tomates séchées, les tiges d'oignons et le romarin, arroser d'huile d'olive si vous en avez l'envie.
9. Enfourner pour 20 minutes de cuisson environ, ou jusqu'à ce que la focaccia soit dorée et croustillante à souhait.

LE TRUC EN +

Vous pouvez laisser reposer la pâte seulement quelques heures, dans ce cas, la mettre dans une pièce chaude ou allumez votre four à 50°C, l'éteindre une fois chaud et déposer le plat avec la pâte filmée.



finisterra

Une coopérative engagée sur le territoire



Quantités disponibles selon magasin et jusqu'à épuisement des stocks pendant la durée de l'opération.



L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

finisterra
COOPÉRATIVE ENGAGÉE



BREST

Kerbio Centre Ville
02 98 46 45 81

Kerbio Europe
02 23 00 33 33

Kerbio Rive Droite
02 98 45 45 28

Kerbio Siam
02 29 62 14 41

PLOUZANÉ

Finisterra des 3
pointes
02 57 55 00 33

SAINT-RENAN

Bio Abers
02 98 32 61 02

LESNEVEN

Prim'Vert
02 98 83 07 06

ST-MARTIN- DES-CHAMPS

Coccinelle
02 98 63 42 04

ST-POL-DE- LÉON

Kastell Bio
02 98 19 59 79

Suivez-nous

www.finisterra.fr



@biocoopfinisterra29

Imprimé par Calligraphy Print sur papier recyclé.

SA Finis Terra – coopérative de consommation à capital variable à directoire et à conseil de surveillance – Rue Daumier, 29200 BREST. R.C.S BREST 330 964 172