



SONGES
DE SAHUC

Cueilleuse et paysanne
de saveurs en Cévennes

TISANES, PLANTES CONDIMENTAIRES, ÉPICERIE FINE
WWW.SONGESDESAHUC.COM

Sandrine Debain
Mas Cougnot - Chemin du Recodier
30440 Saint Roman de Codrières
Tel: 06 87 33 11 45
email: songes.de.sahuc@gmail.com
SIRET:819 890 369 00013



Produits issus de
l'agriculture biologique
et certifiés par FR-BIO-01

Catalogue - Tarifs AMAP

TISANES COMPOSEES

Nb u.

| | | | | |
|-----------------|---|------|--------|--|
| Chant de lune | Verveine odorante, aspérule odorante, marjolaine, lavande, millepertuis, coquelicot | 20 g | 4,90 € | |
| Danse d'été | Cassis, noisetier, mélilot officinal, achillée millefeuille, mauve, bleuet | 25 g | 4,90 € | |
| Jeu d'enfants | Mélisse, aubépine, agastache, basilic | 25 g | 4,90 € | |
| Mille et Une | Framboisier, achillée millefeuille, romarin, souci, sauge officinale | 30 g | 4,90 € | |
| Odessa | Menthe bergamote, framboisier, monarde, bleuet | 25 g | 4,90 € | |
| Lumière d'hiver | Cassis, sureau, ronce, serpolet, thym citron, échinacée, mauve | 30 g | 4,90 € | |
| Verveine-Menthe | Verveine, menthe poivrée | 20 g | 4,90 € | |

MELANGES CONDIMENTAIRES

| | | | | |
|------------------------|---|------|--------|--|
| Un petit goût d'Italie | Sauge officinale, marjolaine, zestes de citrons | 30 g | 4,90 € | |
| Grillades en Cévennes | Sarriette, thym, romarin, origan, marjolaine, hysope, basilic | 30 g | 4,90 € | |

SIMPLES

| | | | | |
|-----------------------|-------------------------------------|---------------|-------------------|--|
| Achillée millefeuille | <i>Achillea millefolium</i> | 30 | | |
| Basilic | <i>Ocimum basilicum</i> | 20 | 4,20 € | |
| framboisier | <i>Rubus idaeus</i> | 15 | 4,20 € | |
| Hysope | <i>Hyssopus officinalis</i> | 30 | 4,20 € | |
| Lavande | <i>Lavandula angustifolia</i> | 25 | 4,20 € | |
| Marjolaine | <i>Origanum majorana</i> | 20 | 4,20 € | |
| Mélilot | <i>Melilotus officinalis</i> | 25 | 4,20 € | |
| Mélisse | <i>Melissa officinalis</i> | 20 | 4,20 € | |
| Menthe poivrée | <i>Mentha-piperita</i> | 20 | 4,20 € | |
| Menthe verte | <i>Mentha spicata</i> | 20 | 4,20 € | |
| Origan | <i>Origanum vulgare</i> | 25 | 4,20 € | |
| Ortie | <i>Urtica dioica</i> | 20 | 4,20 € | |
| Romarin | <i>Rosmarinus officinalis</i> | 30 | 4,20 € | |
| Sarriette | <i>Satureja montana</i> | 30 | 4,20 € | |
| Sauge | <i>Salvia officinalis</i> | 20 | 4,20 € | |
| Serpolet | <i>Thymus serpyllum</i> | 30 | 4,20 € | |
| Sureau | <i>Sambucus nigra</i> | 25 | 4,20 € | |
| Thym | <i>Thymus vulgaris</i> | 30 | 4,20 € | |
| Thym citron | <i>Thymus-citriodorus</i> | 25 | 4,20 € | |
| Verveine | <i>Lippia citriodora</i> | 20 | 4,20 € | |

HUILES AROMATISEES

| | | | | |
|-------------------------------|--|-------|--------|--|
| Huile d'olive au basilic | Huile d'olive, extraits naturels de basilic | 25 cl | 4,90 € | |
| Huile d'olive à la marjolaine | Huile d'olive, extraits naturels de marjolaine | 25 cl | 4,90 € | |

VINAIGRES AROMATISES

| | | | | |
|-------------------------------|--|-------|--------|--|
| Vinaigre aux fleurs de sureau | Vinaigre de cidre, extraits naturels de fleurs de sureau | 25 cl | 4,50 € | |
| Vinaigre à l'estragon | Vinaigre de vin blanc, extraits naturels d'estragon | 25 cl | 4,50 € | |

SIROPS

| | | | | |
|---------------------------|--|-------|--------|--|
| Sirop de thym | Eau, sucre, extraits naturels de thym | 25 cl | 4,90 € | |
| Sirop de romarin | Eau, sucre, extraits naturels de romarin | 25 cl | 4,90 € | |
| Sirop de verveine | Eau, sucre, extraits naturels de verveine | 25 cl | 4,90 € | |
| Sirop 2 menthes | Eau, sucre, extraits naturels de menthe poivrée et de menthe bergamote | 25 cl | 4,90 € | |
| Sirop de fleurs de sureau | Eau, sucre, extraits naturels de fleurs de sureau et de citron | 25 cl | 4,90 € | |
| Sirop de mélilot | Eau, sucre, extraits naturels de mélilot officinal | 25 cl | 4,90 € | |

PESTOS

| | | | | |
|----------------------|----------------------------------|------|--------|--|
| Pesto d'ail des ours | Ail des ours, huile d'olive, sel | 90 g | 5,20 € | |
|----------------------|----------------------------------|------|--------|--|

COFFRETS CADEAUX

| | | | | |
|-----------------|---|--|---------|--|
| Jardin d'hiver | 6 sachets composés | | 28,00 € | |
| Sous la treille | 1 huile d'olive au basilic, 1 vinaigre à l'estragon, 1 sirop de mélilot | | 15,00 € | |

Mais aussi "Aube"
(hysope, thym citron,
romarin)

Tout ceci (épicerie
fine) n'est disponible
qu'en vente annuelle
exceptionnelle à Noël