



santé alimentation solidarité équitable  
agriculture citoyen commercialisation directe  
militant LONS biologique paysan  
terroir environnement producteur  
local économie sociale et solidaire  
circuits-courts consommateur et acteur biodiversité

# AMAP®\* LONS

Producteurs et consommateurs ensemble pour consommer bon, bio et local dans le cadre d'une économie sociale et solidaire

Ferme des Luys

## Distributions tous les jeudis soir dans le bourg de Lons

**Penser global,  
agir local !**

### 21 Producteurs locaux

Chacun commande les produits qu'il souhaite

**Légumes BIO:** Panerée hebdomadaire de saison BIO, Asperges / **Pain** et **Oeufs** BIO / **Fruits frais:** Raisins de table BIO, Kiwis, Pommes, Myrtilles BIO. **Viandes et Poissons:** Boeuf BIO, Veau BIO, Porcs, Poissons de mer, Poulets BIO

**Conserves:** Boeuf BIO: Axoa, daube, Plats de côtes, gras double, sauce bolognaise; Axoa de Veau BIO; Porc: Axoa, jarrets, longes, sauté, boudins; Poule au pot; Poule en Gelée BIO **Salaisons:** Charcuteries de porc, Coppa de boeuf BIO

**Fromages et produits laitiers de chèvres, brebis et vaches:** Lait, Yaourts, Fromage blanc, greuils, crèmes desserts aromatisées, Faisselle, tommes, crottins, fromages pâte molle

**Légumineuses:** Lentilles BIO, Haricots Mais en gousse / **Pâtes** aux blés anciens, pâtes sans gluten BIO / **Huiles** de Colza et tournesol / **Vinaigres** de pêches, de bière.

**Vins et alcools:** Jurançon BIO, Bières artisanales

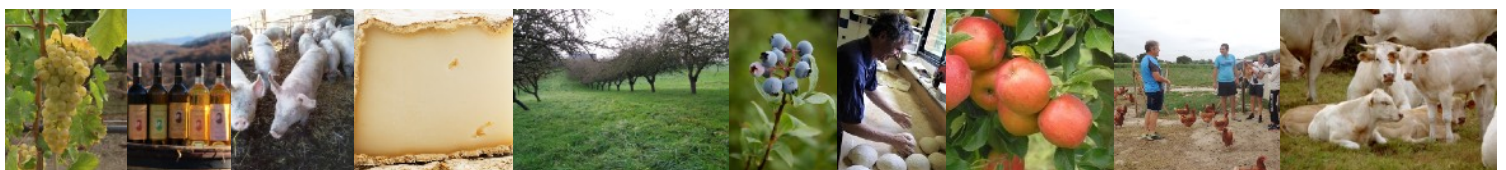
**Douceurs:** Oreillons au sirop, nectar, sirop, compotes de pêches roussannes;

**Jus** de pommes, de raisin, de kiwi. **Spiruline.**

**Confitures** ou douceurs de fraises, de pêches roussannes, de raisins, de figues, de myrtilles; **Sorbets** aux fraises, framboises, cassis, groseilles; **Coulis** de myrtilles, de pêches roussannes



Panier de légumes



Renseignements: M et Mme RAYNAUD - 06 89 84 39 23

email: [amap.lons@gmail.com](mailto:amap.lons@gmail.com) site: [amaplons.fr](http://amaplons.fr)

Page facebook: <https://www.facebook.com/amaplons>