

## Présentation

“

Je m'appelle Marina et je suis passionnée par les plantes depuis l'enfance. Du jardin familial aux balades dans la nature en passant par les visites de parcs thématiques, j'ai toujours su que le végétal aurait une place importante dans ma vie.

Mes études ainsi que mon orientation professionnelle m'ont permis d'approfondir mes connaissances, et tout particulièrement dans les domaines des plantes comestibles et médicinales.

A travers des stages de découverte de transformation de plantes sauvages et cultivées, j'ai touché du bout du doigt ce qui me plaisait vraiment.

Après plusieurs années à expérimenter, j'ai décidé en 2017 d'intégrer l'Ecole Lyonnaise des Plantes Médicinales.

En parallèle, j'ai continué à cheminer de manière professionnelle dans le monde passionnant du végétal.

C'est ainsi que naît aujourd'hui mon entreprise « Aux plantes vertueuses et gourmandes » afin de vous faire découvrir, humblement, les délices et secrets que recèlent ces incroyables plantes.

La gamme que vous allez découvrir ici est composée de plantes cueillies dans des milieux préservés ou cultivées par mes soins.

Pour une plus grande diversité de produits, je complète ma gamme avec des plantes cultivées par des producteurs bio locaux avec qui j'ai développé un partenariat de confiance.

Celles-ci sont séchées dans mon séchoir en bois et préparées avec la plus grande attention. Les produits utilisés pour les transformations sont d'origine naturelle et biologique.

De la cueillette au produit fini, je porte une attention toute particulière au respect de notre belle nature et de l'humain.

C'est avec simplicité et gourmandise que je vous propose de découvrir mon univers.

Bonne lecture ! ”

## Points de Vente

Où retrouver mes produits ?

Dans les Hautes Alpes ...

### Haut Champsaur

#### ° Orcières Merlette

- Marchés hebdomadaires
- Le salon des souvenirs
- Ferme tout là Ô, Les Marches

#### ° Champoléon

- L'auberge des Ecrins
- La maison du berger
- Refuge de la Chaumette
- Fête du tardon
- Fête du miel

### Champsaur

- Restaurant Hôtel les Chenêts, St Julien en Champsaur
- Institut de beauté Eoessence, St Bonnet en Champsaur
- Le petit randonneur, Chabottes
- Magasin producteurs Dallas, Aubessagne
- Marché de printemps du jardin de l'Ouort, Bénévent en Chabrilac
- Maison botanique Dominique Villars, Le Noyer

Dans la Drôme ...

- Restaurant l'Arbre à miel, Beaumont en Diois
- Magasin de producteurs Localoubio, St Paul Trois Châteaux
- Magasin du GAEC de Châtenet, Beaumont les Valences



Marina Lacroix

Cueilleuse & transformatrice de plantes

05260 Champoléon

Renseignements & commandes :

[www.apvg.fr](http://www.apvg.fr)

06 74 86 80 30

[apvg@laposte.net](mailto:apvg@laposte.net)

SIRET 92512984300015

Illustration et infographie : Mo'

IPNS - NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

## Les tisanes

Sachet de 30g

Les simples > 5,50€

- °Thym
- °Tilleul

Les composées > 6,50€

### °Joyeux matin

Pour se réveiller de bonne humeur  
*Menthe, sarriette, ortie, rose*

### °Après repas

 Pour bien digérer  
*Menthe, romarin, origan, mauve, guimauve*

### °Joyeux goûter

Pour changer du chocolat et égayer l'après midi  
*Cassis, sureau, anthyllide des montagnes, guimauve*

### °Apaisante

 Pour calmer les états d'agitation et aider à l'endormissement  
*Aubépine, tilleul, mélisse, primevère, aspérule*

### °Après l'effort

 Pour soutenir le système ostéo articulaire  
*Frêne, cassis, ortie, reine des prés, romarin*

Les saisonnières > 6,50€

### °La Printanière

 Pour un petit ménage de printemps en douceur  
*Cassis, plantain, romarin, pensée, bleuet*

### °L'estivale

Pour pétiller avec le soleil  
*Frêne, verveine citronnée, cataire citronnée, souci*

### °L'automnale

Pour ralentir et prendre soin de soi  
*Tilleul, agrumes, ortie, romarin, argousier*

### °L'hivernale

Pour hiberner en toute sérénité  
*Thym, lierre terrestre, primevère, cynorrhodon, bourrache*

En cas de rupture de stock d'une plante dans le mélange, celle-ci peut-être remplacée par une plante équivalente en propriété.

## Les mélanges aromatiques

Pour faire virevolter les papilles lors des repas.  
Sachet de 20g > 4,90€

### °Côté terre

Pour accompagner les plats de viandes  
*Thym, origan, romarin, mauve*

### °Côté mer

Pour accompagner les plats de poissons  
*Thym citronné, sauge, sarriette, bourrache*

### °Côté jardin

Pour accompagner les salades et plats végétaux  
*Livèche, ciboulette, ortie, souci*

## Gourmandises de plantes

Des recettes sucrées à tartiner.  
Pot de 200g > 5,20€

- °Thym
- °Romarin
- °Menthe
- °Sureau
- °Reine des prés
- °Pissenlit

Produits fragiles  
non expédiables

## Paillettes de plantes

Pour sublimer vos plats et faire pétiller vos 5 sens.  
Sachet de 20g > 4,80€

### °Les mentholées

*Menthe marocaine, menthe poivrée*

### °Les ortillées

*Ortie*

### °Les citronnées

*Mélisse citronnée, verveine citronnée*

En cas de rupture de stock d'une plante dans le mélange, celle-ci peut-être remplacée par une plante équivalente en saveur.

## Gamme Lavande et lavandin

°Huile essentielle de lavande fine

Flacon de 10ml > 10,00€  
Flacon de 30ml > 28,00€

°Bouquet de lavandin 110g > 8,00€

°Sachet fraîcheur maison  
aux fleurs de lavandin 10g > 4,00€

En partenariat avec deux producteurs  
du Haut Diois dans la Drôme

 Déconseillé aux femmes enceintes et allaitantes

 Contre indiqué avec prise de certains médicaments  
(risques d'interactions / d'allergies).

.....  
Frais d'envoi non inclus dans les prix affichés  
.....