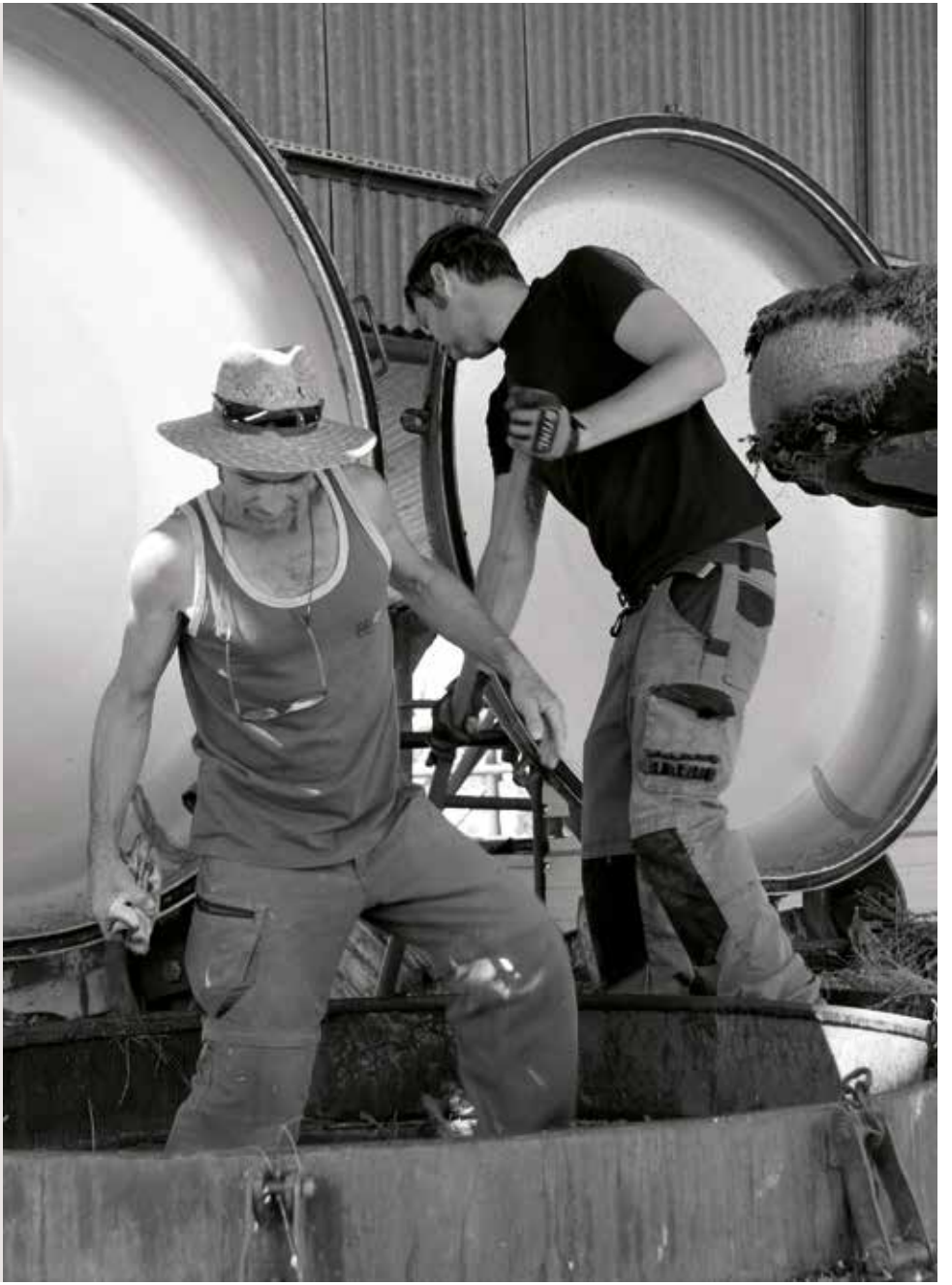
VALENSOLE - PROVENCE



LES TERRES DE BONAVENTURE

C’est au cœur de la Haute-Provence, sur le plateau de Valensole,
que nous cultivons depuis 1978 toutes nos terres en Agriculture biologique.

Sur ce terroir bien particulier se plaisent les oliviers, les aromatiques de Provence, les vieilles variétés d’amandier, le safran et les cultures florales mellifères que nous semons pour nos abeilles.

À 600 mètres d’altitude, entre Durance et Verdon, nous bénéficions d’un ensoleillement optimal, dans une atmosphère pure et sans cesse renouvelée.

Soucieux de veiller sur chaque étape de l’élaboration du produit fini, nous réalisons sur place dans notre moulin nos huiles d’olives, et distillons nous-même nos lavande, hélichryse, thym et autres aromatiques.

Ainsi nous vous garantissons des produits fermiers, sans intermédiaire directement du champ à vous.

Toute l’année, les visites, la dégustation et la vente directe à la ferme de tous nos produits artisanaux et gastronomiques nous permettent de partager notre métier, et nos passions avec vous.

HUILE D'OLIVE

De fin octobre à décembre les olives sont récoltées à la main. Nous les faisons chuter sur des filets à l'aide de râteaux ou de peignes électriques.

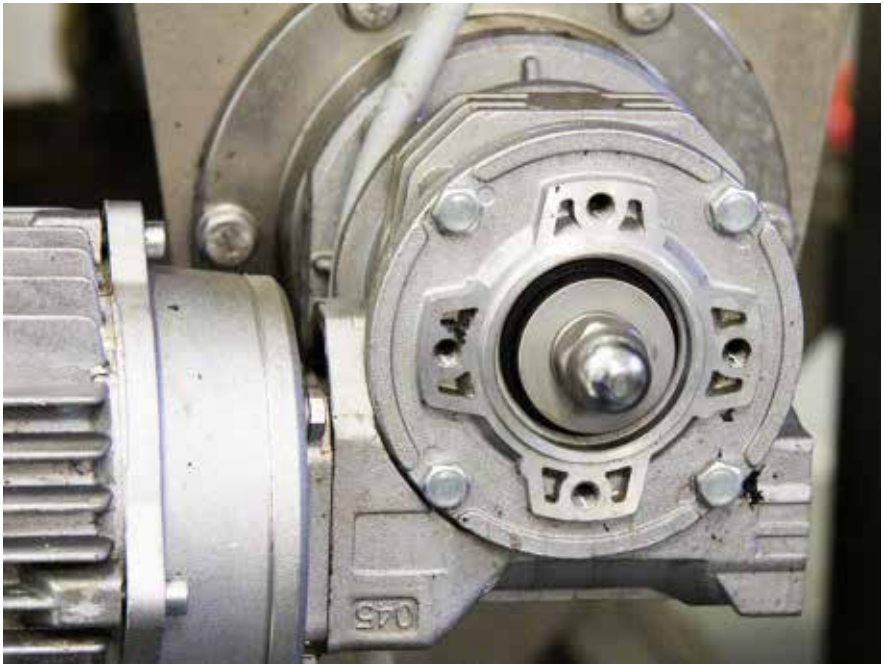
Elles sont acheminées à notre moulin, où elles sont débarrassées des feuilles et travaillées au plus tard 12 heures après récolte. Ainsi on conserve leur fraicheur, préserve les arômes, et évite toute oxydation. Le processus commence par un lavage des fruits, puis le broyage.

Le broyage est important, c'est le seul moment où l'on fait entrer de l'oxygène pour initier le processus enzymatique qui permettra de libérer l'huile. Le noyau est broyé avec le fruit. La pâte ainsi obtenue est acheminée vers le malaxeur. Elle y sera chauffée à 25 degrés et malaxée pendant 20 minutes environ dans une atmosphère contrôlée. Le but du malaxage est de libérer l'huile, de briser la membrane de la vacuole, la petite poche qui contient l'huile dans la cellule.

En fin de malaxage, l'huile commence à remonter en surface des bacs, la pâte est acheminée vers le décanteur. C'est une centrifugeuse horizontale qui permet de trier l'huile par gravité. L'huile étant plus légère que l'eau végétale et que la pulpe, elle se regroupe au centre du cylindre en rotation.

Le moulinier règle sa machine pour aller chercher l'huile la plus pure au cœur du dispositif. Ainsi est obtenue l'huile d'olive. C'est un pur jus de fruits. La pâte restante passe dans une machine qui trie les noyaux (c'est un très bon combustible, du pur bois d'olivier), le reste est épandu comme engrais dans les champs.

Tous les ans, des huiles d'exceptions sont produites au moulin et sont récompensées par des médailles.



Comme pour les grands vins, on évite ensuite de “brusquer” l’huile dans des pompes ou filtres.

L’huile est donc simplement mise à décanter, et les transferts de cuve se font par gravité. Elle est ensuite stockée dans des cuves spéciales en inox, avec un couvercle spécifique qui empêche tout contact avec l’oxygène.

L’huile est mise en bouteille au moulin au fur et à mesure des besoins.

Nous sommes ainsi en mesure de vous garantir une traçabilité totale, de l’arbre à la bouteille, du fruit à votre assiette.

HUILE D'OLIVE AOP HAUTE-PROVENCE

Cette AOP témoigne de la volonté de préserver un véritable savoir faire ainsi qu'une tradition ancrée dans nos terroirs depuis des siècles.

La charte AOP contient notamment les clauses suivantes :

- Les oliviers doivent appartenir à la variété Aglandau.
- Les oliviers doivent se trouver dans une zone géographique précise qui s'étend sur 95 communes dont 83 dans les Alpes de Hautes Provence.
- Les olives doivent être récoltées en début de saison pour donner une huile d'olive fruité vert. Les dates de récoltes sont fixées chaque année par un décret préfectoral.

On obtient alors une huile d'un fruité exceptionnel, sa couleur est d'un vert soutenu et sa saveur onctueuse.
Elle est dite de grand caractère, c'est à dire qu'elle marque fortement le palais avec des arômes variés, harmonieux et persistants.

En bouche, les saveurs d'artichaut cru dominent, accompagnées de l'amertume de l'amande et harmonieusement relevées d'une note fruitée de pomme ou de banane verte. L'ardence autrement appelée "piquant " vient compléter cette huile complexe.

Huile d’olive AOP Haute-Provence

25 cl
Prix
10,40 €
41,58 € / l

50 cl
Prix
16,70 €
33,39 / l

75cl
Prix
21,95 €
29,26 € / l

1 l
Prix
26,45 €
26,45 € / l

3 l
Prix
75,50 €
23,85 € / l

5 l
Prix
122,70 €
24,54 € / l

Valeurs nutritionnelles pour 100 ml d’huile d’olive vierge extra

Énergie	3389 kj /823 kcal
Graisses	91,5g
dont acides gras saturés	12,6g
- acides gras monoinsaturés	68,8g
- acides gras polyinsaturés	6,3g

Glucides	0g
dont sucres	0g
Protèines	0g
Sel	0,0025g
Vitamine E	22,9 mg

Huile d’olive Fruité mur

Lorsque l’on attend le mois de décembre, les olives se teintent de rouge, de bordeaux et de noir, elles commencent à perdre leur humidité et à sécher sur l’arbre.
De fines collines et vallées se creusent sur sa peau et l’olive se décroche de l’arbre au moindre coup de vent.

L’olive atteint alors sa pleine maturité. La fin de la récolte doit se faire sans trop tarder car le mistral et le gel menacent le fruit chaque jour.

Ces olives donneront une huile douce, ronde et d’une grande richesse aromatique.

L’ardence et l’amertume de l’Aglandau sont atténuées, permettant l’expression d’arômes subtils.

Ce sont alors des goûts de pomme mûres et d’amandes qui prédominent et se marieront parfaitement avec vos crudités, salades et plats cuisinés.

HUILE D’OLIVE FRUITÉ MÛR

Huile d’olive fruité mûr

25 cl
Prix
9,90€
39,60 € / l

50 cl
Prix
16,00 €
32,00 € / l

75cl
Prix
21,00 €
28,00 € / l

1 l
Prix
25,50 €
25,50 € / l

3 l
Prix
72,90 € HT
24,30 € / l

5 l
Prix
118,90 €
23,78 € / l

Valeurs nutritionnelles pour 100 ml d’huile d’olive vierge extra

Énergie	3389 kj /823 kcal
Graisses	91,5g
dont acides gras saturés	12,6g
- acides gras monoinsaturés	68,8g
- acides gras polyinsaturés	6,3 g

Glucides	0g
dont sucres	0g
Protèines	0g
Sel	0,0025g
Vitamine E	22,9 mg

AB AGRICULTURE BIOLOGIQUE

HUILE D'OLIVE GOÛT À L'ANCIENNE

Les techniques anciennes de pression des olives nécessitaient de faire fermenter la récolte dans des sacs de jutes environ 15 jours. Cela avait pour effet de chauffer les olives et de rendre leurs jus plus facilement extractible. Cette méthode faisait apparaître de nombreux champignons et levures, liés à la fermentation, qui altéraient le goût de fruit frais.

Aujourd'hui, l'extraction par centrifugation à froid permet d'extraire l'huile le jour de la récolte, tout en préservant les polyphénols et les vitamines. Toutefois pour retrouver les goûts rappelant "l'huile d'antan", nous nous sommes mobilisés (avec d'autres producteurs et notre syndicat interprofessionnel) afin de mettre en place des techniques pour concilier la qualité et le goût typique d'une huile issue d'olives fermentées.

Nous utilisons des fruits " tournants" (commençants juste à changer de couleur), avec une bonne teneur en humidité. Nous les plaçons directement en champ dans des palox (grandes caisses) étanches à l'air. Ainsi nous pouvons démarrer un travail de fermentation anaérobique (en absence d'oxygène) ne permettant pas aux champignons de se développer, ni à l'oxydation de dégrader l'huile. Des relevés de températures et des visites quotidiennes doivent être effectués. Chaque palox réagit différemment et si certains sont prêts à être triturés au bout de 2 semaines, d'autres nécessiteront quasiment 25 jours pour atteindre leur maturité. C'est le moulinier qui décidera de l'heure exacte de la fabrication de l'huile.

L'ardence et l'amertume disparaissent au profit d'arômes d'olives noires, de tapenade, de cacao, de pain au levain ou d'artichaut cuit.

Pendant longtemps interdite par l'Europe car provenant "d'olives non fraîches" (et ne pouvant pas être commercialisée), les producteurs prenaient de grands risques à garder ces connaissances en vie. Mais depuis 2020, cette huile est devenue officiellement une AOP et nous pouvons en toute sécurité faire perdurer notre savoir.

Huile d’olive goût à l’ancienne

25 cl
Prix
10,90€
43,60 € / l

75cl
Prix
23,10 €
30,80 € / l

3 l
Prix
79,30 €
26,43 € / l

Valeurs nutritionnelles pour 100 ml d’huile d’olive vierge extra

Énergie	3389 kj /823 kcal
Graisses	91,5g
dont acides gras saturés	12,6g
- acides gras monoinsaturés	68,8g
- acides gras polyinsaturés	6,3g

Glucides	0g
dont sucres	0g
Protèines	0g
Sel	0,0025g
Vitamine E	22,9 mg

Les spécialités à base d'olives et d'agrumes

Une huile issue du travail des 2 fruits frais ensemble.
Les olives sont issues de nos vergers. Nous importons une variété particulière de citron Bio de Sicile. Les bergamotes bio proviennent des meilleurs terroirs de Calabre en Italie. Nous mélangeons dans le broyeur les agrumes aux olives.
Durant le processus de malaxage de la pâte, le jus des fruits libère leurs arômes.

Mais c'est l'huile essentielle, le zeste qui donnera à ces spécialités toute leur intensité et leur fraicheur. Le résultat est alors stupéfiant, l'équilibre venant du travail des 2 fruits ensemble et de leur savant dosage permet une cuisine novatrice, riche en goût et en saveur.
Idéale en salade, sur poisson, en carpaccio, mais aussi sur viande grillée.

En pâtisserie, remplacez la moitié du beurre par notre huile au citron et laissez voguer votre imagination.
En mayonnaise pour les crevettes et les fruits de mer ou en assaisonnement de vos avocats, la bergamote vous surprendra par sa délicatesse.

Olive & citron

Olive & bergamote

Huile d’olive et citron

25cl
Prix
12,10 €
48,40 € / l

50 cl
Prix
22,10 €
44,20 € / l

Huile d’olive et bergamote

25cl
Prix
12,10 €
48,40 € / l

50 cl
Prix
22,10 €
44,20 € / l

Valeurs nutritionnelles pour 100 ml d’huile d’olive vierge extra

Énergie	3389 kj /823 kcal
Graisses	91,5g
dont acides gras saturés	12,6g
- acides gras monoinsaturés	68,8g
- acides gras polyinsaturés	6,3g

Glucides	0g
dont sucres	0g
Protèines	0g
Sel	0,0025g
Vitamine E	22,9 mg

AB AGRICULTURE BIOLOGIQUE

LAVANDE FINE SYMBOLE DE LA PROVENCE

Le plateau de Valensole mérite bien son nom de pays bleu avec ses grandes étendues de fleurs caractéristiques de nos paysages. Terres de Bonaventure cultive la Lavande vraie (Lavandula Angustifolia) et non de Lavandin qui est un hybride. La récolte est faite en juillet, quand deux tiers des fleurs sont “grainés”. Le plus vieil alambic retrouvé date de 3500 ans avant JC et provient de Mésopotamie. Les principes de base n’ont pas changé.

Les savoirs anciens concernant la distillation et l’utilisation des plantes et des huiles essentielles sont considérables, et nos expériences et nos formations confortent ces expériences empiriques.

En adaptant les machines aux obligations contemporaines, nous entendons conserver ce soucis de qualité et d’observation des cycles de la Nature.

Les fleurs sont coupées puis déposées au sol en fines couches pour 12 à 24h afin qu’elles sèchent: c’est le fanage qui permet d’éviter à l’humidité des plantes d’altérer la qualité de l’huile essentielle.
Cette étape pourtant fondamentale n’est plus pratiquée par l’agriculture industrielle qui distille en caisson la plante verte hachée par une ensileuse.

Nous réalisons une distillation à la vapeur sèche dans des cuves préchauffées et chargées à la main afin de bien disposer les fleurs.
Ces techniques d’un “autre temps” garantissent la meilleure qualité d’huile essentielle.

La loi ne nous permet pas de vous conseiller sur l’utilisation des huiles essentielles, mais vous pouvez trouver de nombreuses sources littéraires, vivantes ou sur internet.

Huile essentielle de lavande bio

Prix

10 ml = 7,00 € 70,00 € / décilitre

30 ml = 15,50 € 51,00 € / décilitre

50 ml = 21,00 € 42,00 € / décilitre

100 ml = 40,00 € 40,00 € / décilitre

Eau florale de lavande bio

200 ml

Prix

6,00 €

23,00 € / l

1l

Prix

25,00 €

25,00 € / l

HUILE ESSENTIELLE IMMORTELLE BIO

HELICHRYSUM ITALICUM ITALICUM

Plante de peu et de caillasse, l'hélichryse (Hélichrysum vient de deux mots grecs hélios = soleil et chrysos = or) produit une essence si rare qu'il faut près d'une tonne de fleurs pour extraire 1l d'huile essentielle.
Considérée depuis toujours comme l'une des huiles essentielles les plus puissantes aux nombreuses vertus, elle est utilisée depuis l'antiquité.

Dans la Grèce antique, ses propriétés anti-hématomes et bénéfiques pour la peau étaient déjà remarquées.
La princesse Nausicaa qui sauva Ulysse dans L'Odyssée d'Homère, avait pris l'habitude de se frictionner le corps avec de l'huile d'Immortelle et en fit son élixir de jeunesse.
Lorsqu'elle recueillit Ulysse, échoué après le naufrage de son navire, elle le soigna avec de l'huile essentielle d'Hélichryse.
Il retrouva ainsi force et beauté. (1).

Depuis 2013, nous cultivons cette plante remarquable. Nous avons fait plusieurs voyages afin de récupérer les meilleures graines.
Nous avons plantés et sélectionnés les plus adaptées à notre terroir, et produisant une huile essentielle de qualité supérieure.

La loi ne nous permet pas de vous conseiller sur l'utilisation des huiles essentielles, mais vous pouvez trouver de nombreuses sources littéraires.
(1) Pen du, D. Le petit livre des fleurs. Ed. Du Chêne, Paris, 2012. p. 80.

Huile essentielle d'Immortelle bio

Helichrysum italicum italicum

5cl

Prix

25,00 €

Prix au décilitre : 500 €

Eau florale d'immortelle

200ml

Prix

6,00 €

23,00 € / l

Miel de lavande & toutes fleurs

Notre rucher se compose de 50 colonies d'abeilles.
Les ruches restent sur notre ferme de la floraison des amandiers en janvier jusqu'à celle de la sarriette et du safran en octobre. Elles hivernent sur place profitant de la Roquette sans jamais transhumer.
Nous les traitons avec le plus grand soin même si au bout du compte, nous leurs chipons une partie de leur travail. Mais il faut dire que ce nectar est si bon qu'il suffit de goûter les perles ambrées qui s'échappent des cadres, pour vite justifier notre larcin.
Nous ne faisons que 2 récoltes par an, afin de ne pas trop les affaiblir et de leur laisser suffisamment de réserve en miel pour passer un hiver confortable.
Nous semons des plantes mellifères afin de pallier la raréfaction des fleurs sauvages et étoffer la ressource tout au long de l'année.

Le miel de Lavande à une saveur très fine. Sa couleur claire et transparente est typique.
C'est un miel très prisé, rare et souvent considéré pour son goût comme l'un des meilleurs miels qui soit.

Le miel Toutes Fleurs est une récolte de printemps.
Lorsque la garrigue recouvre les caillasses de thym, de romarin, de sauge et de toutes les plantes aromatiques sauvages.
Ce sont alors toutes les senteurs de la Provence qui s'expriment et qui donnent sa richesse à ce miel de caractère.

Miel de lavande

150 g
Prix
4,50 €
30,00 € / kg

400 g
Prix
10,50 €
26,50 € / kg

Miel toutes fleurs

150 g
Prix
4,50 €
30,00 € / kg

400 g
Prix
10,50 €
26,50 € / kg

AB
AGRICULTURE
BIOLOGIQUE

Safran

Le safran (crocus sativus) appartient à la famille des Iridacées. C'est est un petit bulbe qui produit en octobre de belles fleurs violettes.

Très fragiles elles sont constituées de six pétales de couleur violette, trois étamines jaunes d'or et un pistil qui se termine par trois filaments rouges appelés stigmates. Ce sont ces derniers qui contiennent les alcaloïdes qui donnent au safran ses vertus médicinales, tinctoriales et gustatives.

Le safran est l'épice la plus chère car il faut près de 150 fleurs récoltées une par une à la main pour obtenir après émondage un seul gramme de stigmates.
Préférez toujours le safran entier plutôt qu'en poudre et veillez à la pureté des stigmates

En cuisine, faire infuser le safran broyé dans un peu d'eau chaude (un quart d'heure minimum) et utilisez alors l'eau parfumée. 3 à 6 filaments suffisent à colorer et parfumer vos plats, desserts ...
0,1 gramme suffit pour 250 à 500 grammes d'un plat ou pour 1 litre de lait d'un dessert.

Safran

Prix
0,3 g
11,00 €
33 000 € / kg

Petit pot en verre

Prix
1 g
30,00 €
30 000 € / kg

Informations nutritionnelles
Valeur pour100 grammes

Calories	310
Lipides	6 g
Acides gras saturés	1,6 g
Acides gras poly-insaturés	2,1 g
Acides gras mono-insaturés	0,4 g
Cholestérol	0 mg
Sodium	148 mg
Potassium	1 724 mg
Glucides	65 g
Fibres alimentaires	3,9 g
Protéines	11 g

Vitamine A	530 IU	Vitamine C	80,8 mg
Calcium	111 mg	Fer	11,1 mg
Vitamine D	0 IU	Vitamine B6	1 mg
Vitamine B	0 µg	Magnésium	264 mg

Savon délicat et aux parfums subtils

Pour un véritable moment de plaisir
et de détente.
Fabrication en France.

- Amande
- Lavande
- Rose

Savon bio

Savons bio

AMANDE

Prix
100 g
4,50 €

LAVANDE

Prix
100 g
4,50 €

ROSE

Prix
100 g
4,50 €

AMANDE
LAVANDE
ROSE

Prix
3 x 100 g
11,00 €

SAS BONAVENTURE Paolo et Guillaume Chabot Mouliniers Agriculteurs
La petite Colle 04210 Valensole FRANCE
Tél : 06 83 45 32 22 ou 06 27 11 52 48
Mail : contact@ provence-huile-olive.fr **www.provence-huile-olive.fr**