



JUILLET - SEPTEMBRE 2026 | #5

Croc'Actus

LA LETTRE D'INFOS TRIMESTRIELLE DE BIOBAUGES



L'été est là ... et les sorbets bios des Bauges s'invitent !

PAR FRANÇOISE BESSON

Nos papilles vont danser aux parfums doux et sauvages des sorbets concoctés par Anne-Laure de "Graines des Bauges" situé sur la commune du Noyer.

Depuis son installation comme productrice de petits fruits bios, Anne-Laure avait déjà en projet l'élaboration de sorbets. Mais il y avait beaucoup à faire sur le terrain pour mettre en œuvre un projet agricole viable. Cela fait déjà quelques été qu'elle propose des sorbets de ses petits fruits (cassis, fraises, framboises) sur le marché bio du vendredi, au Châtelard. Elle utilisait une sorbetière familiale pour ces premières tentatives. Vu l'engouement du public pour ses gourmandises (notamment Artur, salarié de CrocBauges, complètement addict) qui l'invitait à proposer les sorbets à l'épicerie, Anne-Laure a investi dans du matériel adapté à une production plus conséquente cette année. De plus, en ayant repris la production de plantes aromatiques et médicinales de l'Herbier de La Clappe en 2024 au Noyer, elle a pu laisser libre cours à sa créativité alchimique pour nous proposer aujourd'hui une farandole de sorbets avec des mélanges surprenants et délicieux: sureau/mûres, fraise/basilic, fraise/romarin et des plus classiques aussi tels cassis, groseilles.... A venir : monarde, lavande.

Son sorbet ne contient aucun agent gélifiant mais respecte le parfum naturel des fruits et plantes, simplement une purée de fruits et du sucre de betterave bio et français.

L'idée des sorbets en petits pots a été impulsée par Florence Howells qui a ouvert un salon de thé, café, petite restauration au Noyer et qui voulait un produit simple et rapide à proposer. D'où l'idée des sorbets en pots que vous retrouvez aussi à l'épicerie Croc'Bauges depuis quelques semaines.

Pour Anne-Laure "le sorbet a un côté gourmand, naturel qui amène le sourire aux gens et du plaisir aux enfants".

Alors, à vous de découvrir et déguster ces merveilles gustatives selon vos envies et vos goûts et de nous en faire des retours. N'attendez pas, une rupture de stock est vite arrivée !

LE CONTENU EN UN COUP D'ŒIL

L'été est là ... et les sorbets bios des Bauges s'invitent !

La ferme de la Marmotte en Bauges

AgroSourcing, un importateur de fruits - soucieux d'éthique

Rencontre avec Fred - Champii

Retour sur l'AG de Biobauges en avril

Recette Tous à Table : pleurotes katsu

La Com'Etik veille : la suite du mercure

Les ateliers pour les enfants à l'épicerie

La ferme la Marmotte en Bauges

PAR ISABELLE BOUVIER

Laurent, Marguerite, Jocelyne et Patrick nous ont accueilli ce printemps sur leur ferme familiale : La Marmotte en Bauges.

C'est une équipe investie, avec un lien fort à Croc'Bauges. En effet, Laurent a fait partie du Copil (commission de pilotage) en tant que producteur avant le passage de Biobauges en SCIC en 2022.

Ils nous parlent avec passion de leur métier et de leurs 60 vaches laitières, des soins qu'ils leur apportent. Le troupeau est composé en grande majorité de vaches tarines. Elles ont toutes un nom ; c'est tellement plus agréable de nommer une bête que de parler d'elle avec un numéro.

La ferme est en bio depuis 2020 et rémunère 5 personnes. Tout le lait produit est transformé à la ferme. Le fromage est affiné sur place.

Les laitières sont traitées 2 fois par jour, pâturent dans les prés contigus à l'étable d'avril à novembre.



Durant la saison froide, les vaches restent en stabulation libre avec logettes, lieux de couchage équipés de matelas adaptés et supportant le poids des animaux. Elles ont 600 m² de couloir pour déambuler et une brosse à massage mécanique pour leur confort. Les déjections tombent dans la fosse à lisier grâce à des fentes percées dans la dalle bétonnée.

Une cinquantaine de génisses (jeunes vaches qui n'ont pas mis-bas) âgées de quelques mois à 3 ans, destinées au renouvellement du troupeau, passent l'hiver dans la même stabulation sur des aires paillées, on obtient ainsi du fumier qui sera composté à l'extérieur sous forme d'andain pendant un an.

Autant que la pente des terrains attenant à la ferme le permet, lisier et fumier seront épandus en alternance, selon une rotation préétablie.

La journée est rythmée par la traite et la fabrication de la Tome des Bauges, du Randonneur et de la raclette. Ils font également des fromages blancs battus et des faisselles. Nous avons visité leur cave avec les tomes d'une semaine qui se recouvrent de mousse, le fameux mucor ou poil de chat. Elles sont frottées et retournées tous les jours.

A Croc'Bauges, nous avons le plaisir d'avoir leur trois fromages en vente à la banque froide.



AgroSourcing, un importateur de fruits – soucieux d'éthique



PAR FRANÇOISE BESSON ET CLARISSE TRIQUET

Le 18 mars nous avons rencontré le commercial chargé de représenter l'entreprise AgroSourcing qui nous fournit l'essentiel des produits secs importés. Ce fut l'occasion de partager nos questionnements autour de ces différents produits et aussi d'approfondir notre connaissance de cet importateur.

L'entreprise a été créée en 2004 par Philippe Sendral, agronome passionné, souhaitant se lancer dans l'importation avec un réel souci d'éthique sans passer par la démarche habituelle de "trading" utilisée dans le milieu commercial. Il a fait le choix de travailler avec le label "bio partenaire équitable". Son objectif est d'être en soutien et présent auprès des producteurs, vigilant sur l'environnement et l'aspect social sur le plan local. Un audit régulier permet d'être au plus proche des producteurs, de leur assurer une rémunération correcte et de vérifier la qualité bio des produits. Un engagement pluri-annuel de 3 ans est proposé afin de fidéliser les producteurs, de les inciter à la démarche bio et de leur assurer un soutien quant à la vente de leur production. Le label « Bio Partenaire » ne se retrouve que dans les magasins bios spécialisés (Biocoop, Satoriz ...) et pas en grande surfaces. C'est un gage d'éthique et de qualité.

AgroSourcing ne se contente pas de soutenir les producteurs. Grâce à une équipe d'agronomes passionnés, des recherches et des tests sont effectués pour favoriser la biodiversité et utiliser les ressources locales au niveau agro-écologie : par ex. dans les cultures de dattiers, des céréales sont semées permettant une couverture des sols qui maintient l'humidité et favorise également la résilience alimentaire des villageois. C'est du bon sens et cette équipe de chercheurs remet en place des méthodes et savoir-faire oubliés au niveau agro-écologie.

AgroSourcing n'est pas seulement un importateur mais œuvre plus largement avec honnêteté et bon sens tout en s'assurant de la qualité des récoltes. Une filière peut être suspendue si elle ne répond plus au cahier des charges.

Voici, quelques infos sur quelques-uns de leurs produits que vous trouvez à CrocBauges :

Les cacahuètes

C'est une filière récente originaire d'Égypte. Les cacahuètes poussent en buissons sur des sols semi-désertiques. La plante sert aussi de fourrage et de nourriture pour les bovins qui mettent à la disposition du sol leurs excréments !

Les cacahuètes sont toujours toastées afin d'enlever l'humidité et d'éviter les champignons.

Les noisettes

Vous avez sans doute constatés l'augmentation de 80 % du prix des noisettes courant 2025. Les raisons sont les suivantes :

- Gelées tardives en Turquie
- Sécheresse cet été
- Arrivée des ravageurs à l'automne du fait de la fragilité des plants et des aléas climatiques. Beaucoup de coques étaient vides.

Et en plus un peu de spéculation.... A savoir que 70 % de la production mondiale de noisettes bio et non bio provient de Turquie.

Dans une prochaine édition de Croc'Actus nous évoquerons d'autres produits dont la noix de coco.

Rencontre avec Fred – Champii

PAR MIA MARIE OLSEN

C'est à l'occasion de la sortie de son livre « *Cultiver les champignons* » aux éditions Ulmer (collection Résilience) que nous nous rencontrons avec Frédéric Rossignol, ou simplement Fred, producteur de champignons dans les Bauges et l'homme derrière Champii.

Fred se consacre aux champignons, et notamment aux shiitakés et aux pleurotes, depuis 5 ans. Il les cultive, les cueille, les transforme et en sort des produits originaux : crackers, rillettes, pesto, tartinades, galettes, champignons déshydratés et frais... à partir de recettes qu'il met au point lui-même !

C'est grâce à sa fille, Naomi, qu'il commence à s'intéresser particulièrement aux champignons. Partie faire des études aux Pays-Bas, elle participe à un projet de culture de champignons dans un ancien fort.



Or, le groupe d'étudiants se heurte rapidement à des questions techniques et Fred se prend au jeu. Depuis plus de 15 ans, il se forme en culture et maraîchage en parallèle de son activité d'informaticien et a acquis des connaissances lui permettant d'être de bon conseil.

Il aspire à une autre vie que celle qu'il mène alors, où il travaille beaucoup et contribue à la course à la consommation. À 56 ans, Fred se rend pourtant à l'évidence : le maraîchage, ce serait trop difficile physiquement.

Pendant la période du Covid, il s'amuse à cultiver des champignons chez lui avec sa fille et son fils. Ils prennent plaisir et des graines germent... Un jour, il se rend à Croc'Bauges et présente son projet de culture et de transformation de champignons à Coco, salariée à l'épicerie. Elle lui affirme que Croc'Bauges vendrait ses produits avec plaisir s'il s'y met. C'est le feu vert dont il avait besoin pour se lancer – et Champii est né !

Mais de là à écrire un livre ? Il ne l'aurait pas pensé. Naomi, qui s'intéresse aux fibres végétales, co-écrit un livre s'intitulant « *filer des fibres naturelles* ». Ulmer, son éditeur, lui souffle à l'oreille qu'ils cherchent quelqu'un pour écrire un livre sur la culture de champignons et elle pense évidemment à son père. Ne se voyant pas écrire ce livre tout seul, ce dernier sollicite Florent Dierckx qui cultive, lui aussi, des champignons, dans la région de Mâcon. Ce duo s'avère être de choc ! Florent s'est beaucoup intéressé à la culture sur planche et à la théorie, alors que Fred s'est tourné vers la culture sur bûche et en sauts. Son intérêt pour la cuisine l'a amené à creuser la question de la transformation, rendant ainsi hommage à son arrière-grand-père qui avait une conserverie à Orléans.

Ce qui intéresse Fred, c'est la transmission et le partage des savoir-faire.

Il anime des ateliers « Tous à Table » à Croc'Bauges depuis 4 ans, et la sortie de son livre a été l'occasion d'animer un atelier un peu spécial le 5 juin. Avec un groupe joyeux et curieux, Florent et Fred ont cuisiné pour concocter un repas délicieux... aux champignons bien sûr ! S'en est suivi un après-midi riche en échanges, d'abord à la Lanterne qui rugit pour un temps de dédicaces. Le groupe s'est ensuite rendu sur le nouveau lieu de production à la Compôte, puis, un repas festif sur site a clôturé cette belle journée de célébration de ce beau projet.

Retour sur l'AG de Biobauges en avril

PAR HUGUES MICHELIN

Notre assemblée générale 2026 a rassemblé plus de 60 participants, dont une moitié de non associés. Cette présence est une bonne surprise, mais pour nous elle est avant tout le signe que Biobauges se porte bien et nous nous en réjouissons ! Merci à tous celles et ceux qui ont fait l'effort de venir partager ce temps de travail... et de convivialité.

L'AG, c'est évidemment le temps des bilans. Celui de 2025 est une fois de plus très positif, en voici les grandes lignes :

- Une équipe salariée solide, soudée, faisant preuve de toujours plus d'efficacité d'année en année, sans pour autant altérer l'ambiance chaleureuse qu'elle a su installer dans l'épicerie. Un immense merci à chacun de ses membres pour cela !
- Une salle d'activité qui a maintenu son niveau d'activité à peu près au même niveau qu'en 2024.
- Un engagement bénévole toujours aussi solide au sein du Comité de pilotage éthique (ComEtik).
- Des résultats financiers de magasin bien supérieurs au prévisionnel : une belle hausse du chiffre d'affaire, un bénéfice de 36 000 € dont 20 000 € ont été distribués à l'équipe salariée, et le reste mis en réserve. Rappelons au passage que les statuts de la SCIC n'autorisent pas la distribution du bénéfice à ses sociétaires sous quelque forme que ce soit.

L'AG de Biobauges c'est aussi le temps coopératif qui permet de rassembler une fois par an tous les acteurs du projet, qu'ils soient associés ou non, pour discuter de stratégie.

Le début 2026 a posé le constat de conditions de travail qui deviennent plus compliquées pour les salariés, du fait d'un manque aigu de place dans le stock, au bureau, et dans une moindre mesure dans l'épicerie.

Croc'Bauges est à nouveau victime de son succès, comme tous les 4 ans depuis sa création !

Lors de l'AG, nous nous sommes donc posé, en petit groupe, les questions suivantes :

Veut-on limiter cette croissance, ou continuer de l'accompagner ? Dans les deux cas, pourquoi et surtout de quelle manière ?

Personne parmi les participants ne semble s'être prononcé franchement en faveur d'une limitation de la croissance. Par contre celle-ci soulève des craintes et une demande de vigilance sur certains aspects. Notamment, ne pas s'écarter de nos valeurs, de notre modèle démocratique, ne pas perdre notre "taille humaine", ne pas imiter le schéma de développement sans limite du néolibéralisme et ne pas perdre notre emplacement privilégié.

Quant aux moyens de limiter le développement de l'épicerie, ils seraient de limiter les horaires d'ouverture, et de privilégier (encore ?) un peu plus les produits de première nécessité.

Les arguments en faveur d'un accompagnement vers l'expansion sont multiples ! Préserver un bon cadre de travail pour l'équipe, donner accès au maximum de « consommateurs » dans un massif où la population est en forte croissance et ne pas brider un système dans lequel tous les acteurs sont gagnants. Enfin, avoir un outil toujours plus ancré et présent sur le massif, au service de nos valeurs de sensibilisation, de soutien au bio et local.

Le consensus est en faveur d'une poursuite de l'aventure dans sa dynamique actuelle, les solutions techniques pour y arriver sont également très nombreuses. Nous ne citerons ici que les principales, et celles qui seraient possiblement réalisables :



- Beaucoup de personnes seraient favorable à un "essaimage", soit la création ou la mutualisation d'un autre point de vente dans le massif, notamment sur les hautes bauges.
- Gagner de la place sur le même emplacement, démarche bien entendu déjà en cours !
- Essayer de créer un autre système pour satisfaire la demande des clients professionnels qui libérerait de la place dans le stock, ainsi que des systèmes de commandes anticipées (certains ont même évoqué un "drive"...).
- Créer un système de portage ou de vente ambulante (dans l'idée d'une camionnette).

En conclusion, force est de constater que nous sommes tous très attachés à notre épicerie tel qu'elle est, mais qu'il nous faudra définir à court terme une stratégie pour absorber une croissance qui continue de se confirmer tous les mois sur ce premier semestre 2026.

Un défi de plus à relever ensemble !

Le dernier bilan, et non des moindres, est la convivialité de ce moment qui n'a, une fois encore, pas manqué à l'appel.

Merci encore à chacun.e pour sa présence et son implication !





RECETTE TOUS À TABLE

PLEUROTTE KATSU

COMMENT FAIRE ?

Préchauffer le four à 180 °C. Nettoyer les pleurotes si elles sont fraîches. Répartir dans 3 assiettes creuses différentes la farine, les œufs battus et la chapelure. Tremper chaque pleurote d'abord dans la farine, puis dans les œufs, puis dans la chapelure. Disposer sur une plaque de cuisson huilée. Saler légèrement. Enfourner pour 20 min. Retourner à mi-cuisson. Servir avec du riz et des légumes (carotte rôtis) et une sauce type yaourt ou mayonnaise végétale.

INGRÉDIENTS

Pour 4 personnes :

- 12 pleurotes frais ou réhydrates
- 6 c. à soupe de farine de blé T80 (ou de riz)
- 2 œufs
- 10 c. à soupe de chapelure maison*
- Huile d'olive



ASTUCE !

Pour préparer une chapelure maison, broyer 300 g de pain de mie. Passer au four à 180 °C pendant 20 à 30 min. Les miettes doivent dorer très légèrement. Sortir du four et bien laisser refroidir sur la plaque. Conserver quelques jours dans un bocal hermétique. Utiliser rapidement.



La Com'Etik veille : la suite du mercure

PAR FRANÇOISE BESSON

Actuellement, comme nous l'avions évoqué dans le dernier numéro, la commission éthique est en pleine réflexion autour de la thématique de la pêche sous tous ses aspects. Sujet délicat qui peut entraîner des décisions impopulaires sur les ventes de poisson. Alors, on cherche... On enquête... On creuse... On cause... On débat... C'est riche en échanges et l'on vous tiendra au courant de nos avancées.

En ce qui concerne le mercure dans le thon, bien médiatisé depuis notre enquête et article dans le Croc'Actus de mars 2026, nous avons décidé de supprimer le thon albacore qui est le plus gros et qui se nourrit d'une multitude de petits poissons contaminés, eux aussi. Il contient donc des doses de mercure accumulées selon le principe dit de bioaccumulation. A la place, vous trouverez le thon listao (soit bonite en français) de petite taille et bien moins impacté. C'est la seule solution trouvée à ce jour. Nous avons alors introduit en épicerie la marque « Fish4ever » qui commercialise ce thon et qui offre 3 garanties essentielles pour nous :

- Du thon pêché à la canne, seule alternative à la pêche industrielle,
- Une certification « wildfish » qui soutient les pêcheurs et leurs communautés. Le thon listao est le seul et premier au monde à avoir été certifié,
- La certification « BCorporation » pour plus de transparence, de responsabilité et d'engagement.

Alors, à vous, consommatrices.eurs de faire votre choix. Une consommation responsable et joyeuse reste notre devise à Crocbauges !

« Acheter, c'est voter ! »



Les ateliers pour les enfants à l'épicerie

PAR FRENÇOISE BESSON

Un petit tour d'horizon pour vous parler des derniers Goût'Et Croc' avant la trêve estivale des vacances d'été. Ce n'est pas une blague, le 1er avril, une dizaine d'enfants de 3 à 10 ans environ sont allés à la découverte d'une langue bien éloignée de celle des Bauges !

En effet Karen (enseignante d'anglais) et sa comparse Ingrid, proposaient une animation tout en anglais. Dans un premier temps, les enfants découpaient, collaient dans de belles couleurs des éléments pour constituer une chenille. Toutes les indications pour élaborer cette œuvre personnelle étaient faites en anglais comme c'est le cas tout au long de cette animation. Puis, s'est ensuivi un temps de contes avant de poursuivre par la confection de sablés et leur dégustation savoureuse.

Une immersion totale dans la langue de Shakespeare !

Le mercredi 6 mai, une météo maussade bien favorable à ce Goût'Et Croc' autour du thème « jeux de société » animé par Marie-Hélène et Sophie de l'association « Le Petit pion » de Bellecombe en Bauges. Des jeux bien ciblés : « A l'abri, les z'animaux » ou « grouille grenouille » !



**Reprise des « Goût'Et Croc' » :
le 2 septembre 2026**

Pas d'ateliers pendant les vacances scolaires d'été, ni les jours fériés.

Le mercredi 3 juin c'était l'enchantement de la nature qui nous visitait pour teinter de magie cette animation autour du thème "les Pixies de la nature" grâce à Céline Giachetti, sculptrice au Noyer et bien connue en Bauges pour ses créations en terre illustrant le petit monde de la nature. Les Pixies, c'est ainsi que sont nommés les esprits de la nature en Irlande. Les enfants, tout à leur imaginaire, créaient leur personnage fait de terre et d'éléments récupérés en nature (lierre, lichen, pomme de pin, branchettes) et le résultat était réjouissant ! Émouvant de voir toutes ces frimousses concentrées sur leur création et découvrant avec curiosité tous les éléments « nature » pour donner corps à leur propre petit Pixie.

L'atelier s'est clos en gourmandise grâce à Erika et Étienne qui avaient concoctés un délicieux goûter crème citron et des cookies au chocolat.

En somme, ces nouveaux ateliers Goût'Et Croc' ont semé la joie et libéré la créativité des enfants.

Des enfants motivés, joyeux, enthousiastes qui ont ensoleillé ces après-midis et à chaque fois savouré un délicieux goûter concocté avec les produits de Croc'Bauges, bien sûr.

Merci aux bénévoles et intervenants pour leur implication. Nous mettons tout le monde au repos pendant les vacances scolaires pour reprendre de plus belle à la rentrée !

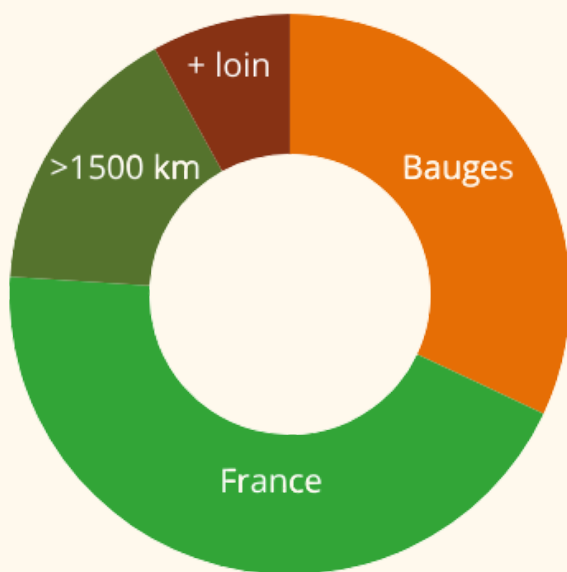


OUVERTURE DE L'ÉPICERIE:

Lundi et jeudi : 15h - 19h

Mardi, mercredi, vendredi et samedi :
9h - 13H / 15h - 19h

Provenance de nos produits



CONTACT :
Tél : 04 79 34 23 52
Adresse mail :
contact@crocbauges.com

Nos valeurs

Stop au gaspillage !

Nous privilégions le **vrac** (50 % de nos ventes) et la **réutilisation** des contenants.

Préserver notre environnement

Agriculture durable, plus **locale** et de **saison**.
Moins de transport.

Se préoccuper des humains

Prix justes, ingrédients de **qualité**, conditions de travail **raisonnables**.

Accessibilité

Les produits **éthiques** et de **qualité** doivent être **accessibles** au plus grand nombre.

Une offre complète

Nous essayons d'offrir une **large gamme** de produits répondant aux **besoins** de toutes les familles.

Croc'Bauges
30 impasse du Nant
d'Orange 73340
Lescheraines

Inscrivez-vous pour recevoir Croc'Actus par
mail en caisse ou
en scannant le QR-code

