



NUTRITION & NATURE - Chemin de l'Horte - F 31250 REVEL  
www.soy.fr | www.cerealpes.fr

(☎) 05 62 18 72 85

CAFÉINE studio - 04 68 25 74 90 - 180204 / V3 / 01-2015



# BRÛSEZ LA ROUTINE!



www.soy.fr | www.cerealpes.fr





“ Pour Nutrition & Nature, être bio ce n’est pas seulement fabriquer des produits bio, c’est agir à tous les niveaux et à tous les instants pour le respect de l’Homme et de sa santé, de la Terre et de son avenir. ”

Bernard Storup, fondateur et directeur général de Nutrition et Nature.

Lorsque nous avons créé Soy il y a 30 ans, nous étions convaincus de l’intérêt d’une alimentation plus végétale et de ses bienfaits pour le corps et l’environnement. Le temps nous a donné raison. Il est en effet aujourd’hui reconnu que notre alimentation est trop riche, et qu’il devient urgent de la rééquilibrer en faveur du végétal.

Si ce choix a un impact positif sur notre santé, nous savons qu’il milite également pour la préservation des ressources de la planète moins sollicitées dans le cas d’une production de protéines végétales, surtout lorsqu’elle est pratiquée localement.

C’est dans cet esprit que nous avons imaginé une gamme complète de produits bio d’origine végétale. Aussi gourmands que simples à cuisiner, ils offrent à chacun la possibilité de varier plus souvent ses repas et d’équilibrer son alimentation tout en retrouvant le plaisir de manger bon et sain.

En 2008, nous avons tout naturellement choisi de poursuivre notre croisade en faveur du végétal. Fondé il y a 20 ans, CéréAlpes est le créateur de la galette végétale bio à base de céréales.

Ce partage de valeurs communes a donné naissance en 2010 à la Société Nutrition & Nature.



**BRISEZ LA ROUTINE !**

# Un soja bio solidaire

Importer du soja produit à des milliers de kilomètres nous a toujours paru contraire à l'esprit de la bio, alors que **le sol et le climat du Sud-Ouest conviennent parfaitement à cette culture**. La région bénéficie en outre d'une eau d'excellente qualité, issue des contreforts de la Montagne Noire.

Pour ces raisons, dès 1982, nous avons créé **une filière de production de soja biologique** et développé au fil des années un savoir-faire unique au sein de l'entreprise, porté par des femmes et des hommes hautement qualifiés (meuniers, laitiers, cuisiniers) et une équipe R&D et Qualité expérimentée.

Aujourd'hui, nous travaillons en partenariat avec plus de 250 agriculteurs partenaires, aux environs de notre atelier de Revel (31) : Haute Garonne, Tarn, Gers... Le Sud-Ouest est ainsi devenu **la première zone de production de soja bio en Europe**.



## S'engager à très long terme.

Pour être pérenne, cette démarche devait reposer sur une juste rémunération des producteurs et un réel soutien au développement de l'agriculture biologique de la région. C'est pourquoi nous nous engageons par contrat sur des volumes et des prix garantis sur 3 ans.

Cette démarche locale et solidaire a été **récompensée par l'obtention de la marque collective Bio Solidaire**, label contrôlé par Eco-cert qui garantit le respect d'une charte de commerce équitable entre producteurs et entreprises.



## la Charte Bio-Solidaire

- 1 Être engagé dans une démarche d'agriculture biologique.
- 2 Instaurer un partenariat véritable et durable entre les producteurs et l'entreprise pour le développement et la pérennité de la filière.
- 3 Formaliser des engagements permettant une juste rémunération de la production.
- 4 Privilégier des relations de proximité entre les zones de production et les lieux de transformation.
- 5 Favoriser le progrès des intervenants de la filière dans une démarche écologique.
- 6 Favoriser l'engagement de tous les intervenants de la filière dans une démarche de progrès social.
- 7 Participer au maintien du tissu rural et du développement local.

**La boisson Nature Riz de Camargue est également labellisée Bio Solidaire**



### Les engagements Soy :

✓ Soja & Riz bio 100% français

✓ Filière de production non OGM

✓ Soutien aux producteurs bio locaux

✓ Garantie d'un juste prix des récoltes



## Tofou pour des recettes simples et gourmandes



3 259010 101208



3 259011 047765



3 259010 005018



3 259010 101512



3 259011 027958

- 100% végétal
- Riches en protéines végétales
- Pauvres en graisses saturées
- Faible teneur en calories
- Source de minéraux : magnésium et calcium (nature)
- Source d'acides gras Oméga 3
- Recette sans gluten

Base idéale pour de nombreuses préparations culinaires salées ou sucrées (salades, légumes, farces, gâteaux, ...).

TOFOU nature, aux herbes, au curry  
Poids 2 x 125 g  
Colisage 8 UC

TOFOU fumé  
Poids 2 x 100 g  
Colisage 8 UC

TOFOU nature  
Poids 500 g  
Colisage 6 UC

## Tofou Soyeux pour les sauces et les desserts



Poids 400 g  
Colisage 6 UC

- Riche en protéines végétales
- 3% de matière grasse
- Source de magnésium
- Recette sans gluten

Base idéale pour de nombreuses préparations sucrées et salées (quiches, plats, sauces, desserts...)



Poids 2 x 120 g  
Colisage 6 UC

**NOUVEAU**

## Crèmeux Tartine & Cuisine

Délicieuses spécialités à base de tofu à tartiner et à cuisiner



- Texture crémeuse
- Source de protéines

Poids 2 x 100 g  
Colisage 6 UC



3 259011 153640



3 259011 153671



3 259011 153701

## Tempeh une cuisine saine et originale



### LE TEMPEH

Fabriqué à base de graines de soja,

- Riche en protéines et en fibres

À la poêle ou au four (voir les recettes fournies au dos du pack)



Poids 2 x 100 g  
Colisage 6 UC



3 259011 142132

**Gamme frais**  
*Base à cuisiner*

Le Traiteur Végétal

**BRISEZ LA ROUTINE !**

Le Traiteur Végétal

**BRISEZ LA ROUTINE !**



## Finger food



### FALAFELS

Falafels à base de tofu et de pois chiches

- 100% végétal
- Source de protéines
- Riches en fibres

Facile à réchauffer  
en 6 mn à la poêle.

A consommer chauds à l'apéritif ou en entrée.



3 259011 1169436

Poids	280 g
Colisage	6 UC

## Plats cuisinés

des repas complets et équilibrés

### NOUVELLES RECETTES - NOUVEAUX PACKS



3 259011 096831



3 259011 096862



3 259011 096893



3 259011 096923

### LES CUISINÉS VEGGIE

Cuisinés à base de céréales,  
de légumes et de seitan ou de tofu

- 100% végétal
- Riches en protéines végétales
- Riches en fibres

Faire réchauffer 5 mn  
à la casserole.

À consommer chaudes en plat principal.  
Repas complet et équilibré.

Poids	280 g
Colisage	6 UC

### WOKS

Woks de légumes et tofu

- Riches en protéines végétales

Facile à réchauffer,  
prêt en 5 minutes.  
À déguster en plat principal.



3 259011 122127



3 259011 122158



# Saucisses végétales

des knacks saines et légères

## TOFINELLE

- 2 quenelles de Tofou
- Riches en protéines
- Source de calcium (sauf Carottes et Champignons)
- Pauvres en graisses saturées
- Riches en fibres
- Source d'acides gras Oméga 3
- Recette sans gluten



5 à 6 mn à feu vif.  
Au four pendant 10 mn (210°C).

À consommer chaudes ou froides accompagnées d'une salade de légumes, ou en gratin saupoudrées de fromage râpé.

Poids	2 x 100 g
Colisage	6 UC

Disponible dès Avril.  
Remplace la Tofinelle 2 fromages.

NOUVEAU



▼ INFO GLUTEN



3 259011 1172559



▼ INFO GLUTEN



3 259010 008019



▼ INFO GLUTEN



3 259010 008040



▼ INFO GLUTEN



3 259011 124855



▼ INFO GLUTEN



3 259010 008101



▼ INFO GLUTEN



3 259010 008064



▼ INFO GLUTEN



3 259010 008057



3 259011 154234

↑  
 MAXI  
 ↓  
 FORMAL



3 259011 154265

## SOYCISS'

- 4 saucisses végétales à base de tofu
- Fumées au bois de hêtre
- Source de protéines

À consommer chaudes ou froides avec des légumes, dans une salade, en apéritif ou dans un sandwich.

SOYCISS' Classique	
SOYCISS' Paprika doux	
Poids	220 g (4 x 55 g)
Colisage	7 UC



3 259010 005063



SOYCISS' fumées	
Poids	160 g (4 x 40 g)
Colisage	8 UC

Gamme frais  
Saucisses végétales



# Gallettes de Tofou

des repas complets et équilibrés



**NOUVEAU**

Disponible  
dès Avril



## CROC TOFOU

2 gallettes fraîches de Tofou et de légumes

- Riches en protéines végétales
- Source de minéraux : calcium et magnésium (sauf champignons)
- Source de fibres
- Source d'acides gras Oméga 3



3 à 4 mn de chaque côté,  
ou au four.

À consommer chaudes  
ou froides  
accompagnées d'une salade,  
de légumes, ou en gratin,  
saupoudrées de fromage râpé.

Poids	2 x 100 g
Colisage	8 UC





# Galettes de Seitan pour un plat riche en protéines

**NOUVEAU**

Disponible dès Février



## CROC' SEITAN

2 galettes fraîches de céréales, de légumes et de seitan  
 • Riches en protéines végétales  
 • Source naturelle de fibres

3 à 4 mn à feu moyen de chaque côté, sans matière grasse.

10 mn à four chaud.

Poids 2 x 100 g  
 Colisage 8 UC



## SEITAN en tranches (2 tranches de seitan)

- 100% végétal
- Riche en protéines végétales (19,1%)
- Pauvre en lipides (1,5%)

3 mn à feu moyen, déglacer avec la sauce.

À accompagner de légumes ou d'une salade. Base idéale pour des préparations salées.



Poids 2 x 125 g  
 Colisage 6 UC



**NOUVEAU**

Disponible dès Avril



# Galettes de céréales un repas simple et léger

## GRINIOC

2 galettes fraîches de céréales et de légumes  
 • Naturellement riches en fibres  
 • Source de protéines végétales

3 mn de chaque côté, sans matière grasse.  
 6 à 10 mn dans un four chaud.

À accompagner de légumes, de céréales ou d'une salade.

Poids 2 x 100 g  
 Colisage 10 UC



Le Traiteur Végétal

**BRISEZ LA ROUTINE !**

Le Traiteur Végétal

**BRISEZ LA ROUTINE !**

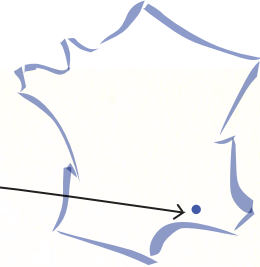
Gamme frais  
 Galettes de Seitan et céréales



# Gallettes de céréales


un repas simple et léger


- ✓ plus de 20 ans d'existence,
- ✓ céréales complètes,
- ✓ 4 recettes sans blé,
- ✓ ingrédients locaux privilégiés,
- ✓ fabriquées à Mane




## Gallettes de céréales

2 gallettes fraîches de céréales  
• Source de fibres

 2 mn de chaque côté  
à la poêle

 ou au four.

 Servir chaudes en plat  
principal accompagnées  
d'une salade  
ou de légumes.



Poids	2 x 90 g
Colisage	6 UC



3 259011 155156



3 472331 042900



3 472331 052909



3 472331 092905



3 472331 152906

Le Traiteur Végétal

BRISEZ LA  
ROUTINE !

Le Traiteur Végétal

BRISEZ LA  
ROUTINE !



# Galettes de céréales

un repas simple et léger

Gamme frais  
Galettes de céréales





# Gallettes de céréales

un repas simple et léger

Gallettes de céréales « au fromage »

Disponible  
dès février





## Galettes de polenta

NOUVEAU



Disponible dès Avril



3 1259011 1169405



3 1259011 1155125



3 259011 140893



3 259011 140862



Réchauffer à la poêle sans ajouter de matière grasse, 2 min de chaque côté, ou à four chaud (200°C) pendant 10 min.

Poids 2 x 80 g  
Colisage 6 UC

## Panisse et polenta pour faire le plein d'idées cuisine

Spécialités à base de semoule de maïs (polentas) ou de pois chiche (panisse)

- Source de protéines
- Recette sans gluten



En tranches, rissolées à la poêle ou 5 min sous le grill.

Servir chaudes et légèrement grillées, ou utilisées comme base dans des recettes

Poids 400 g  
Colisage 6 UC



3 472331 111002



3 472331 121001

## Galettes au son d'avoine en remplacement du pain

4 galettes fraîches au son d'avoine

- Riches en protéines
- Source de fibres



Au grille-pain, au four



ou à la poêle,

2 mn de chaque côté.

Poids 4 x 60 g  
Colisage 6 UC

À déguster au quotidien en remplacement du pain, à l'apéritif ou pour des entrées originales.

au rayon crêpes et galettes

NOUVEAU



3 259011 124794



3 472331 314601



3 472331 324600



3 472331 334609

Gamme frais  
Galettes de céréales

Le Traiteur Végétal

BRISEZ LA ROUTINE !

Le Traiteur Végétal

BRISEZ LA ROUTINE !



## Desserts végétaux

Miammm !!!

DESSERTS  
AU SOJA

- Source de protéines végétales et de calcium
- Naturellement sans lactose
- Faible teneur en graisses saturées
- Recette sans gluten

À déguster frais et à partager !

Poids	530 g
Colisage	12 UC



3 259011 121144



3 259011 121175



3 259011 121113

## Crème végétale à cuisiner

pour des recettes simples et gourmandes

*la + légère* →

*la N°1*

*la + économique* ←

3 259011 106882

3 259010 600015

3 259011 100422

## SOYA CUISINE

- 100% végétal
- Sans lactose
- Riche en acides gras insaturés
- 3 fois moins calorique qu'une crème classique
- Recette sans gluten

Crème végétale à cuisiner, pour toute recette sucrée ou salée (sauces, soupes, quiches, gâteaux...).

Contenance	20 cl	50 cl
Colisage	8 x 3 UC	12 UC

NOUVEAU

## RIZ CUISINE

La 1ère riz cuisine au riz complet de Camargue

- 100% végétale
- Naturellement sans lactose
- Riz 100% français

**teneur réduite en matières grasses**



3 259011 157723

Contenance	20 cl
Colisage	8 x 3 UC

## Boissons au soja

### BIOSOY BOISSONS AU SOJA

- 100% végétal
- Sans lactose
- Riches en acides gras polyinsaturés
- Riches en protéines végétales
- Source de calcium (Biosoy Calcium, Vanille)
- Recette sans gluten

À consommer au petit déjeuner  
- chauds ou froids -  
nature ou accompagnés de céréales.

À utiliser dans toute recette salée ou sucrée  
(crêpes, clafoutis...) en substitution  
des laits animaux.

Contenance	1 L
Colisage	6 UC



3 259010 500018



3 259010 500049



3 259010 500032

## Boissons plaisirs



### BOISSON SOJA PETIT ÉPEAUTRE ET NOISETTE

- Riche en protéines végétales
- Source de calcium et de fibres

À consommer bien frais,  
au petit déjeuner  
ou à tout moment de  
la journée pour une  
pause gourmande.



3 259011 138852

Contenance	1 L
Colisage	6 UC

### BOISSON SOJA CHOCOLAT

- 100% végétal
- Sans lactose
- Riches en acides gras polyinsaturés
- Riche en protéines végétales
- Source de calcium et de fibres
- Recette sans gluten

Contenance	1 L
Colisage	6 UC

Contenance	20 cl
Colisage	8 x 3 UC



3 259011 010806



3 259011 010783

*vendu  
en triopack  
avec sa paille*

## Boisson au riz



### BOISSON AU RIZ COMPLET DE CAMARGUE

- 100% végétal
- Sans lactose
- Recette sans gluten

À consommer chaud ou froid à tout moment de la journée,  
ou dans toutes vos recettes sucrées à la place du lait

Contenance	1 L
Colisage	6 UC



3 259011 091270

**Gamme UHT**  
*Boissons végétales*



# Tofu nature

pour des repas complets et équilibrés

## TOFU Nature à cuisiner

- 100% végétal
- Excellente source de protéines végétales
- Source de minéraux : calcium et magnésium
- Pauvre en graisses saturées
- Source d'acides gras Oméga 3

Coupé en dés dans une salade, à la poêle, dans un gratin de légumes...



Poids 2 x 125 g  
Colisage 12 UC

# Les galettes

pour des repas complets et équilibrés

## CROC' TOFU

2 Galettes de tofu et de légumes

- Riches en protéines végétales
- Source de minéraux : calcium, magnésium
- Source de fibres



## CROC' CEREAL

2 Galettes de céréales complètes et de légumes

- Source de protéines végétales
- Riches en fibres

Nouvelle conservation sous azote : texture plus moelleuse !



## CROC' SEITAN

2 Galettes de céréales, de légumes et de seitan

- 100% végétal
- Riche en protéines végétales
- Riche en fibres
- Source naturelle de magnésium

Nouvelle conservation sous azote : texture plus moelleuse !



3 mn de chaque côté, sans matière grasse.  
À accompagner de légumes de saison ou d'une salade.

Poids 2 x 100 g  
Colisage 12 UC



# Snaking

## SOYA PARTY

Graines de soja toastées

- Moins de MG que les cacahuètes
- Riches en protéines végétales

- Riches en fer et en magnésium
- Source de calcium
- Recette sans gluten

À déguster à l'apéritif ou en snack à tout moment de la journée.

*mettre la cravate au rayon vin / apéritif*



Poids	70 g
Colisage	12 UC



## Suggestion d'implantation

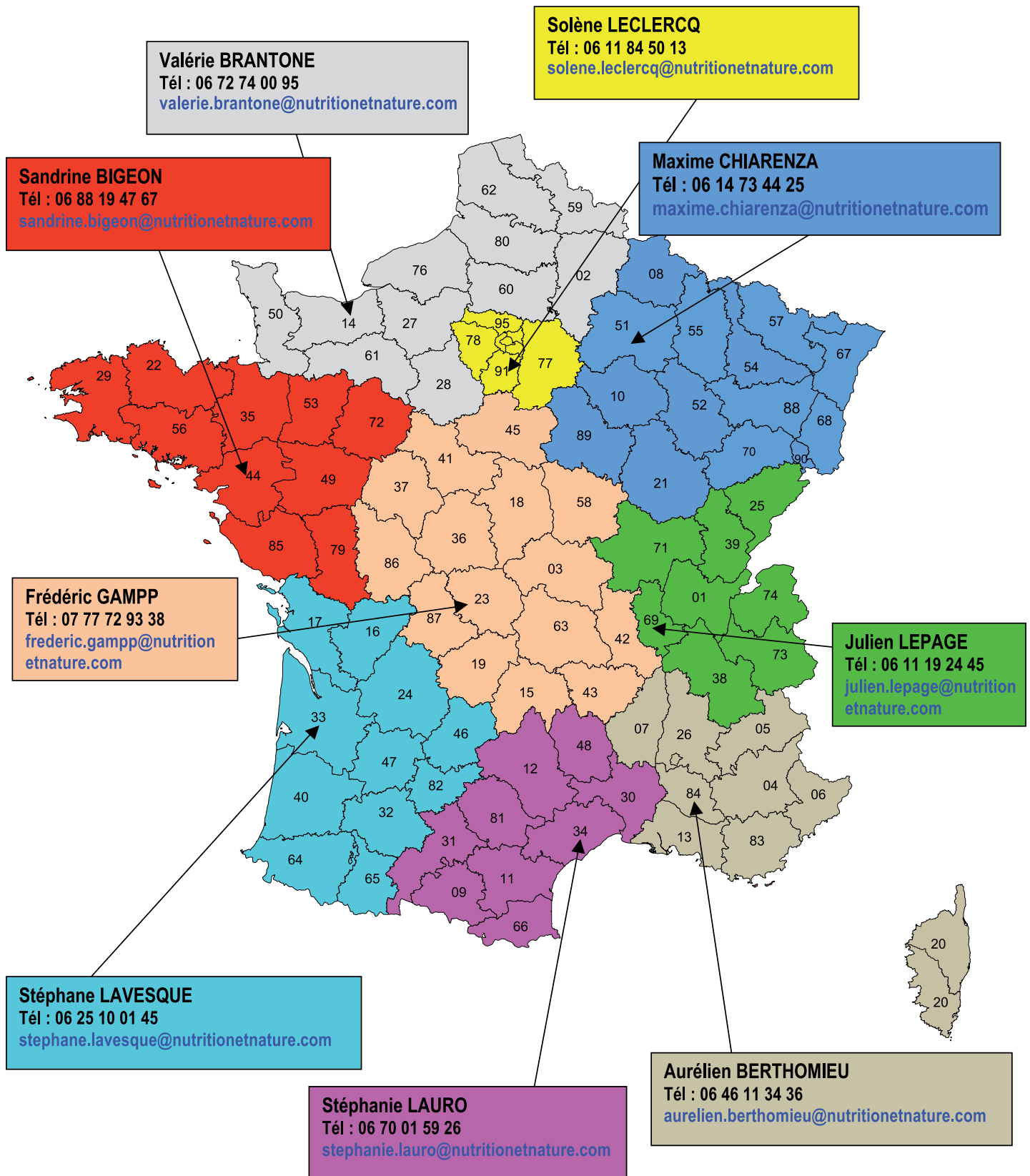


**Gamme Longue Conservation**  
*Snaking*

**BRISEZ LA ROUTINE**



# L'équipe Nutrition et Nature



Pour toutes informations complémentaires, contactez nous à l'adresse suivante: [news.netn@nutritionetnature.com](mailto:news.netn@nutritionetnature.com)

**BRISEZ LA ROUTINE**