

*Facilitez-vous la vie*

PLUS DE  
**70**  
mets  
cuisinés  
DISPONIBLES À L'ANNÉE

*Nos services*



**Réception**



**Boutique  
en ligne**



**Produits  
d'érable**



**Livraison**

*Une histoire de famille*

— Depuis 1920 —

*Merci d'en faire partie!*



Les soupes  
et entrées  
de Ludger



# Eh pis!

## INGRÉDIENTS

Bouillon de poulet, maïs en grain, pommes de terre, crème 15 %, kale, oignons, bacon, ail, sel, poivre.

## PRÉPARATION

Réchauffer et servir.

## CHAUDRÉE DE MAÏS



500 ml

4.50\$



1 L

8.50\$



# LA SILENCIEUSE

## INGRÉDIENTS

Pois , oignons, carotte râpé, sel, feuille de laurier, poivre blanc

## PRÉPARATION

Ajouter jusqu'à un demi contenant d'eau selon la consistance désirée et réchauffer.

## SOUPE AUX POIS



500 ml

3<sup>50</sup>\$



1 L

6<sup>00</sup>\$



# Les Royaux

## INGRÉDIENTS

Porc, oignons, carottes, vermicelles, pommes de terre, huile de canola, ail, sel, sucre, poivre.

**Pâte :** oeufs, farine de blé, huile de colza et sésame. Peut contenir des traces de poissons, mollusques, arachides.

**Sauce :** Ketchup, vinaigre, sauce soya, sirop d'érable, cassonade, huile d'ail.

## PRÉPARATION

**Congelé:** Cuire au four à 350 degré de 15 à 20 minutes.

**Décongelé:** Cuire au four à 350 degré de 10 à 15 minutes.

## ROULEAUX IMPÉRIAUX



4 unités  
2 personnes

8<sup>50</sup>\$



8 unités  
4 personnes

16<sup>00</sup>\$



Les soupes  
et entrées  
de Ludger



## LA GRATIGNONE



### INGRÉDIENTS

Oignons, fond de bœuf, huile canola, beurre, brandy, ail, sauce soya, épice.

**Dessus:** Fromage mozzarella, suisse et parmesan, pain.

### PRÉPARATION

Utiliser à l'état gelé !

Mettre le bloc de soupe dans un bol à soupe (min. 250 ml) allant au four.

Cuire au four à 350 degré 30 à 40 minutes

### SOUPE À L'OIGNON CARAMÉLISÉ AU BRANDY



2 portions

685\$



# TI-RIZ MIGNON

*aux légumes*

## INGRÉDIENTS

Riz, oignons, tomates séchées, pois vert, vin blanc, parmesan râpé, huile végétale, fond de poulet, zeste et jus de citron, épices.

**Panko :** Oeufs, farine de blé, saindoux, sucre, levure, sel, huile végétale.

## PRÉPARATION

Cuire congelé au four conventionnel à 350-400 degré pendant 20-25 minutes.

Déguster juste comme ça en entrée ou en plat principal!

## BOUCHÉES DE RISOTTO AUX LÉGUMES CITRONNÉS



8 unités

650\$



# TI-RIZ MIGNON

## *aux champignons*

### INGRÉDIENTS

Riz, oignons, champignons séchés, vin blanc, parmesan râpé, huile végétale, fond de poulet, épices.

**Panko** : Oeufs, farine de blé, saindoux, sucre, levure, sel, huile végétale.

### PRÉPARATION

Cuire congelé au four conventionnel à 350-400 degré pendant 20-25 minutes.

Déguster juste comme ça en entrée ou en plat principal!

### BOUCHÉES DE RISOTTO AUX CHAMPIGNONS SAUVAGES



8 unités

6<sup>50</sup>\$



Les soupes  
et entrées  
de Ludger



## LES PAPOUTES BURGER

### INGRÉDIENTS

**Pain :** Farine de blé, eau, sucre, levure, huile de canola, sel, graines de sésame.

Boeuf haché, oeufs, épices, fromage cheddar jaune, oignons, vinaigre balsamique, sucre.

### PRÉPARATION

À l'état congelé, cuire 2 à 3 minutes au micro-ondes (selon l'intensité) maximum de 4 burgers à la fois.

Si vous souhaitez un p'tit côté croustillant, après le micro-onde, grillée dans un poêlon ou sur un grille panini.

### MINIS CHEESEBURGERS AUX OIGNONS CARAMÉLISÉS



4 unités

850\$





Les soupes  
et entrées  
de Ludger



# LA MUSCLÉ

## INGRÉDIENTS

Lait de coco, vermicelle de riz, boeuf, carottes, pois mange-tout, mini mais, oignons, base de boeuf, huile végétale, huile de sésame grillé, sauce poisson, gingembre, ail, épices.

## PRÉPARATION

Réchauffez et servir

## SOUPE-REPAS THAÏ AU BŒUF



500 ml

5<sup>50</sup>\$



1 L

10<sup>50</sup>\$



Les soupes  
et entrées  
de Ludger



LA  
BOURRATIVE

## INGRÉDIENTS

Pois chiche, fèves rouges, poivrons rouge rôti, poivrons verts, échalotes, huile, base de poulet, vinaigre balsamique, jus de citron, ail, épices.

## PRÉPARATION

Décongeler et servir

## SALADE DE LÉGUMINEUSE



3-4 personnes

5.50\$



## INGRÉDIENTS

Carottes, courges, citrouilles, brocolis, chou-fleurs, maïs, chou, navet, pois vert, poireau, lait, base de poulet.

## PRÉPARATION

Réchauffer et servir

## POTAGE AUX LÉGUMES



500 ml

4.00\$



1 L

7.50\$



Les soupes  
et entrées  
de Ludger



## Brie fondant

### INGRÉDIENTS

Fromage brie, oignons, sirop d'érable, poires, noix de Grenoble.

### PRÉPARATION

**Congelé:** cuire à 350 degrés durant environ 30 minutes

### BRIE FONDANT POIRE, OIGNONS ET ÉRABLE



12,50\$



# FISH ON

## INGRÉDIENTS

Pomme de terre, saumon, fromage mozarella râpé, poireau, crème 35 %, ail, épices.

**Béchamel:** lait, farine de riz, margarine, épices.

## PRÉPARATION 2-3 PERS.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 50 à 70 minutes.

**Décongelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 45 à 55 minutes.

## PRÉPARATION 5-6 PERS.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 70 à 90 minutes.

**Décongelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 60 à 70 minutes.

## PÂTÉ AU SAUMON



400g  
1 personne

8<sup>50</sup>\$



900g  
2-3 personnes

14<sup>95</sup>\$



1.8 kg  
5-6 personnes

27<sup>95</sup>\$



## COMME DANS L'TEMPS

### INGRÉDIENTS

Porc et bœuf haché, pomme de terre, oignons, ail.

**Pâte à tarte:** farine, saindoux, sel, vinaigre.

### PRÉPARATION

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 50 à 70 minutes.

**Décongelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 45 à 55 minutes.

### PÂTÉ À LA VIANDE



6 pouces  
1-2 personnes

750\$



9 pouces  
3-4 personnes

1300\$



*Y'en a*  
**D'DANS**  
LA SAUCE

## INGRÉDIENTS

Dinde et poulet cuit, lait 2%, oignons, farine, margarine, fécule de maïs, base de poulet, carottes, pois, épices.

## PRÉPARATION

Réchauffer et servir

## SAUCE DE VOLAILLE



500ml

5<sup>75</sup>\$



1 L

10<sup>95</sup>\$



# Y'en a D'DANS

## INGRÉDIENTS

Dinde et poulet cuit, lait 2 %, oignons, farine, margarine, féculé de maïs, base de poulet, carottes, pois, épices.

**Pâte à tarte:** farine, saindoux, sel vinaigre.

## PRÉPARATION 1-2 PERS.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 25-30 min.

**Décongelé:** Cuire au four à 350 degré de 10-15 min.

## PRÉPARATION 3-4 PERS.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 50 À 70 minutes.

**Décongelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 45 à 55 minutes.

## PÂTÉ DE VOLAILLE



6 pouces  
1-2 personnes

6<sup>95</sup>\$



9 pouces  
3-4 personnes

11<sup>25</sup>\$





La  
brouteuse

## INGRÉDIENTS

Œufs, patates, lait, fromage mozzarella, brocoli, poivron rouge, crème 35%, poireau, fromage suisse, fromage de chèvre, tomates séchées, farine de riz, basilic, huile de tournesol, parmesan

## PRÉPARATION

**Congelé:** Couvrir et cuire au four à 350 degré 50 à 60 minutes.

**Décongelé:** Cuire au four à 350 degré de 25 à 30 minutes.

## TARTE FROMAGÉE AUX LÉGUMES



6 pouces  
1-2 personnes

7.25\$



9 pouces  
3-4 personnes

11.50\$



# iOlé Olé!

## INGRÉDIENTS

Porc et bœuf haché, fromage en grain, ketchup, relish, oignons, sauce chili sucré, moutarde de dijon, ail, épices.

**Pâte à tarte:** farine, saindoux, sel vinaigre.

## PRÉPARATION

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 50 à 70 minutes.

**Décongelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 45 à 55 minutes.

## PÂTÉ MEXICAIN



6 pouces  
1-2 personnes

750\$



9 pouces  
3-4 personnes

1300\$



Le p'tit  
Vilain



## INGRÉDIENTS

Pomme de terre, courge musqué, dinde haché, canard effiloché confit, poireau, lait, gras de canard, vinaigre balsamique, ail, épices.

## PRÉPARATION 2-3 pers.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 50 à 70 minutes.

**Décongelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 45 à 55 minutes.

## PRÉPARATION 5-6 pers.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 70 à 90 minutes.

**Décongelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 60 à 70 minutes.

## PARMENTIER AU CANARD



400 g  
1 personne

8<sup>50</sup>\$



850 g  
2-3 personnes

14<sup>95</sup>\$



1.7 kg  
5-6 personnes

26<sup>95</sup>\$



## INGRÉDIENTS

Porc, boeuf, poulet, carottes, patates, crème, oignon, farine, ail, base de boeuf, champignon, épices.

**Dessus :** Fraine, lait, amidon de maïs, huile, poudre à pâte.

## PRÉPARATION 2-3 pers.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 75 à 90 minutes.

**Décongelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 60 à 70 minutes.

## PRÉPARATION 7-8 pers.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 90 à 110 minutes.

**Décongelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 75 à 95 minutes.

## TOURTIÈRE AUX 3 VIANDES



925 g  
2-3 personnes

14<sup>95</sup>\$



2.7 kg  
7-8 personnes

35<sup>00</sup>\$



La  
brouetteuse  
CARNIVORE

## INGRÉDIENTS

Œufs, patates, jambon, épinards, lait, fromage mozzarella, brocoli, poivron rouge, crème 35%, oignon, fromage parmesan, huile végétale, ail, épices.

## PRÉPARATION

**Congelé:** Couvrir et cuire au four à 350 degré 50 à 60 minutes.

**Décongelé:** Cuire au four à 350 degré de 25 à 30 minutes.

## TARTE FROMAGÉE AU JAMBON ET AU ÉPINARD



6 pouces  
1-2 pers.

725\$



9 pouces  
3-4 pers.

1250\$



# LE QUÉBEQUEUX

## INGRÉDIENTS

Patates, chou-fleur, boeuf, porc effiloché, (sauce soya, ail) mais, oignons, ketchup, pâte de tomate, crème 35 %, huile végétale, ail, épices.

## PRÉPARATION

**Portion unitaire.**

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 25-30 min. **Décongelé:** Cuire au four à 350 degré de 10-15 min ou réchauffer au micro-onde.

**Format 2-3 personnes.**

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 50-70 min. **Décongelé:** Cuire au four à 350 degré de 45-55 min

**Format 5-6 personnes.**

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 70-90 min. **Décongelé:** Cuire au four à 350 degré de 60-70 min

## PÂTÉ CHINOIS AU 2 VIANDES



400 g  
1 personne

7<sup>50</sup>\$



850 g  
2-3 personnes

11<sup>25</sup>\$



1.7 kg  
4-6 personnes

20<sup>95</sup>\$



LE   
QUÉBÉQUEUX  
*végé*

## INGRÉDIENTS

Tofu, patates, brocolis, oignons, maïs, lait, crème 35%, carottes, celeri, piment, sauce worcestershire, sauce soya, sauce chili sucré, bouillon de légumes, ail, épices.

## PRÉPARATION

### Portion unitaire.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 25-30 min. **Décongelé:** Cuire au four à 350 degré de 10-15 min ou réchauffer au micro-onde.

### Format 2-3 personnes.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 50-70 min. **Décongelé:** Cuire au four à 350 degré de 45-55 min

### Format 5-6 personnes.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 70-90 min. **Décongelé:** Cuire au four à 350 degré de 60-70 min

## PÂTÉ CHINOIS VÉGÉTARIEN



400 g  
1 personne

750\$



850 g  
2-3 personnes

1150\$



1.7 kg  
4-6 personnes

2200\$



## LES PROTÉINÉS de René



### INGRÉDIENTS

Filet de sol, crevettes, goberges, pétoncles, fromage, lait, bisque de homard, patates, oignons, margarine, farine de riz, fond de poulet, féculé de maïs, ail, sel, poivre

### PRÉPARATION 2-3 PERS.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 75 à 90 minutes.

**Décongelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 50 à 60 minutes

**Assurez-vous que la température interne soit de 70 degré.**

### PRÉPARATION 4-5 PERS.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 90 à 100 minutes.

**Décongelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 60 à 70 minutes

**Assurez-vous que la température interne soit de 70 degré.**

Le  
SPECTACULAIRE

### GRATIN DE LA MER



950g  
2-3 personnes

1475\$



1.9 kg  
4-5 personnes

2700\$





## LES PROTÉINÉS *de René*



# La sauce SPECTACULAIRE

### INGRÉDIENTS

Crevettes, goberges, pétoncles , bisque de homard, lait, oignons, margarine, farine de riz, fond de poulet , féculé de maïs, ail, sel, poivre.

### PRÉPARATION

Réchauffer et servir

### SAUCE AUX FRUITS DE MER



500ml

9<sup>50</sup>\$



1 L

18<sup>00</sup>\$



## LES PROTÉINÉS *de René*



# Le réconfortant

### INGRÉDIENTS

Cube de bœuf, carottes, oignons, céleris, pâte de tomate, farine, base de bœuf, ail, sauce worcestershire, maïs, épices.

### PRÉPARATION 3-4 PERS.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 60 à 70 minutes.

**Décongelé:** Réchauffer et servir.

### PRÉPARATION 6-8 PERS.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 70 à 90 minutes.

**Décongelé:** Réchauffer et servir.

## MIJOTÉ DE BŒUF AUX LÉGUMES



400g  
1-2 personnes

8<sup>50</sup>\$



850 g  
3-4 personnes

15<sup>95</sup>\$



LES  
PROTÉINÉS  
*de René*



## LES FOFOUNES *braisées*



### INGRÉDIENTS

Fesse de porc, sauce soya, ail, poivre.

### PRÉPARATION

Décongeler et servir.

Peut être consommé chaud ou froid. Jus de cuisson en option si mangé chaud.

### PORC BRAISÉ EFFILOCHÉ



450g  
2-3 personnes

795\$



900g  
4-5 personnes

1495\$



LES  
PROTÉINÉS  
*de René*



# CROQUE *là-d'dans*



## INGRÉDIENTS

Poisson, crevettes, œufs, graine de sésame, fromage mozzarella, oignons, moutarde de Dijon, fromage parmesan, farine de riz brun, huile, ail, épices.

## PRÉPARATION

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 15 à 20 minutes.

**Décongelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 7 à 12 minutes.

## CROQUETTES DE CREVETTES ET POISSON EN CROUTE DE SÉSAME



6 unités

13<sup>00</sup>\$



## LES PROTÉINÉS *de René*



# LES DODUES

### INGRÉDIENTS

Haut de cuisse de poulet, moutarde de Dijon, moutarde de meaux, sirop d'érable, sel, poivre.

### PRÉPARATION

**Congelé:** Plonger le sac dans l'eau bouillante de 20 à 25 minutes

**Décongelé:** Réchauffer et servir

**Truc:** Poêler pour une texture plus croustillante.

## HAUT DE CUISSE GLACÉE À L'ÉRABLE



450g  
2-3 personnes

14<sup>50</sup>\$



900g  
4-5 personnes

26<sup>95</sup>\$



## LES PROTÉINÉS *de René*



# LES SURPRENANTES

## INGRÉDIENTS

Dinde haché, jambon haché, fromage en grain, fromage mozzarella, oignons, chapelure, œufs, épices.

## PRÉPARATION

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 15 à 20 minutes.

**Décongelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 10 à 15 minutes.

**Truc:** Surveillez pour ne pas que le fromage en sorte.

## BOULETTES DE DINDE ET JAMBON FARCIES AU FROMAGE EN GRAIN



10 unités

10<sup>00</sup>\$

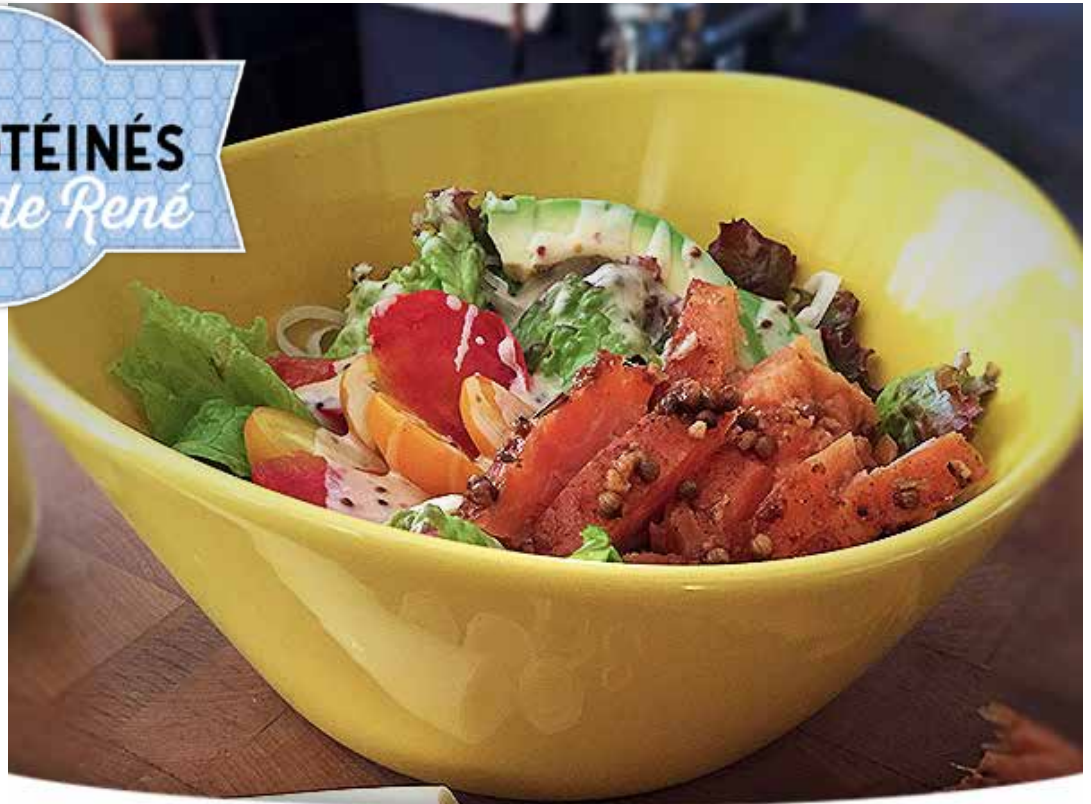


20 unités

19<sup>00</sup>\$



LES  
PROTÉINÉS  
*de René*



 **Le boucané  
MARNIER**

## INGRÉDIENTS

Saumon de l'Atlantique, sirop d'érable, Grand Marnier, gingembre, cassonade, ail, épices.

## PÉPITES DE SAUMON FUMÉ À L'ÉRABLE ET AU GRAND MARNIER



135g

895\$

## PRÉPARATION

Décongeler au réfrigérateur ou dans l'eau froide et servir !



## SAUCISSES ENTIÈREMENT CUITES

Décongeler et réchauffer dans un poêlon ou au BBQ.



### SAUCISSES FUMÉE À L'ÉRABLE ET BACON ENTIÈREMENT CUITES

2 saucisses

525\$



### SAUCISSES FUMÉE JAMBON-GRUYERE

2 saucisses

525\$



### SAUCISSES FUMÉE SANGLIER ET CHAMPIGNON

2 saucisses

525\$





LES  
PROTÉINÉS  
*de René*

Au **Saucisson**  
**Vaudois**  
CHARCUTERIE ARTISANALE



## INGRÉDIENTS

Porc, cassonade, selde mer, épices, ail, moutarde, oignon, poivre.

## PRÉPARATION

Décongeler et réchauffer au four ou sur le BBQ avec la sauce de votre choix au goût.

# Côtes levées

## CÔTE LEVÉE DE PORC MARINÉ ENTIÈREMENT CUITE



1 livre

10<sup>00</sup>\$



## LES PROTÉINÉS *de René*



# L'ÉTACÉ



### INGRÉDIENTS

Chou, porc, sauce tomate, jus de tomate, tofu, riz, oignon, oeufs, ail, épice.

### PRÉPARATION 1 PERS.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 60 à 70 minutes.

**Décongelé:** Réchauffer et servir.

### PRÉPARATION 2-3 PERS.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 60 à 70 minutes.

**Décongelé:** Réchauffer et servir.

## CIGARES AU CHOUX



400g  
1 personne

6<sup>95</sup>\$



900g  
2-3 personnes

10<sup>00</sup>\$



LES  
PROTÉINÉS  
*de René*



# Les BOUBOULES

## INGRÉDIENTS

Porc et bœuf haché, porc effiloché, oignon, chapelure, épices, fond de volaille, farine, féculé de maïs.

## PRÉPARATION 25 BOUL.

**Congelé :** Cuire au four à 350 degré de 60 à 70 minutes.

**Décongelé :** Cuire au four à 350 degré de 40 à 50 minutes.

## PRÉPARATION 50 BOUL.

**Congelé :** Cuire au four à 350 degré de 70 à 90 minutes.

**Décongelé :** Cuire au four à 350 degré de 60 à 70 minutes.

## RAGOÛT DE BOULETTES



370 g

7<sup>50</sup>\$



25 boulettes

12<sup>95</sup>\$



50 boulettes

23<sup>95</sup>\$



LES  
PROTÉINÉS  
*de René*



Le   
Bon'heure

## INGRÉDIENTS

Patates, saucisse de porc et boeuf, jambon, fromage cheddar, fromage mozzarella, oignon, crème culinaire, case de sauce aux fromages, sirop d'érable, épices (contiens du blé).

## PRÉPARATION

**Congelé :** Mettre au four à 350 degré maximum pour 10 à 20 minutes.

## CASSEROLE DÉJEUNER



275g  
1 personne

4.95\$



LES  
PROTÉINÉS  
*de René*



  
**Fiesta**  
VÉGÉTARIANA

## INGRÉDIENTS

Tofu, fèves noir, maïs, tomates, oignons, poivron rouge rôtis, tomates séchées, sirop d'érable, huile végétale, ail, épices.

## PRÉPARATION

Décongeler, réchauffer et servir

## CHILI AU TOFU



500 ml

675\$



1 L

1250\$



LES  
PROTÉINÉS  
*de René*



  
**GROS  
JAMBON**

## INGRÉDIENTS

Porc, jus d'ananas, cassonade, sirop d'érable, mélasse, épices

## PRÉPARATION

Décongelé: Réchauffez et servir ou manger froid en sandwich ou salade.

## JAMBON À L'ANANAS ET ÉRABLE



500 g  
2-3 pers.

13<sup>95</sup>\$



## LES PROTÉINÉS *de René*



**GROS  
MOGNON**

### INGRÉDIENTS

Jarret de porc, oignon, bouillon de boeuf, vin rouge, moutarde de dijon, margarine, sauce worcestershire, ail épices, féculé de maïs.

### PRÉPARATION

Mettre le sachet dans un chaudron d'eau et bouillir afin de réchauffer le produit. Environ 20 minutes. Les Jarrets sont entièrement cuits, il vous suffit de les réchauffer.

### JARRET DE PORC



450 g

12,50\$



# MAMAMIA



## INGRÉDIENTS

Porc et bœuf haché, tomate, carottes, oignons, poivrons, céleris, épices, piment chipotle, ail, feuille de laurier.

## PRÉPARATION

Décongeler, réchauffer et servir

## SAUCE À SPAGHETTI SIGNÉE BERNARD



500 ml  
2 personnes

4.75\$



1 L  
4 personnes

9.00\$





# L'ÉPAISSE

## INGRÉDIENTS

**Sauce à spaghetti :** Porc et bœuf haché, tomate, carottes, oignons, poivrons, céleris, épices, piment chipotle, ail, feuille de laurier

**Pâte alimentaire :** lasagne

**Sauce béchamel :** lait, fromage cottage, margarine, oignons, farine, ail, épices  
fromage mozzarella râpé, pepperoni tranché, pastrami tranché.

## PRÉPARATION 2-3 PERS.

**Congelé :** Cuire au four conventionnel à 350 degré 60 à 70 minutes.

**Décongelé :** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 40 à 50 minutes.

## PRÉPARATION 6-8 PERS.

Idéalement décongeler de 24 à 48 h avant de mettre au four à 350 degré de 60 à 70 minutes.

## LASAGNES AUX TROIS VIANDES



925g  
2-3 personnes

12<sup>25</sup>\$



2,9 kg  
6-8 personnes

30<sup>00</sup>\$



## INGRÉDIENTS

**Sauce:** Tomates, champignons, huile végétale, ail, épices

**Lasagne:** (semoule de blé dur, niacine, acide folique, sulfate ferreux, riboflavine, mononitrate de thiamine)

**Légumes rotis:** poivrons, zucchini, oignons, aubergines

**Sauce béchamel:** (Lait, fromage cottage, huile, margarine, oignons, farine, ail, épices), fromage mozzarella.

## PRÉPARATION 2-3 PERS.

**Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 60 à 70 min

**Décongelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré de 40 à 50 minutes

## PRÉPARATION 6-8 PERS.

Idéalement décongeler de 24 à 48 h avant de mettre au four à 350 degré de 60 à 70 minutes.

# L'ÉPAISSE Végé

## LASAGNES AUX LÉGUMES GRILLÉS



925g  
2-3 personnes

13<sup>00</sup>\$



2,9 kg  
6-8 personnes

33<sup>00</sup>\$



# Les Crèmes·AIL

## INGRÉDIENTS

Poitrine de poulet, tomates en dés, tomates broyées, crème 35 %, crème ulinaire, mozzarella ,ail, féculé de maïs, épices.

## PRÉPARATION

Décongeler, réchauffer et servir.

## POULET SAUCE ROSÉE, TOMATES ET AIL



500 ml

775\$



1 L

1495\$



*Mamamia*  
*Végé*

## INGRÉDIENTS

Tofu, tomate, carotte, oignon, poivron, céleri, piment chipotle, ail, épices

## PRÉPARATION

Décongeler, réchauffer et servir

## SAUCE À SPAGHETTI AU TOFU



500 ml  
2 personnes

5.25\$



1 L  
4 personnes

9.95\$



## INGRÉDIENTS

Fromage cheddar jaune, lait, bouillon de poulet, jambon, oignons, margarine, farine, ail, moutarde sèche, épices.

Crumble: Farine, panko, margarine, parmesan, épices.

Macaroni: sémoule de blé dur, niacine, acide folique, sulfate ferreux, riboflavine mononitrate de thiamine)

## PRÉPARATION

**Portion unitaire** : Le contenant va au four conventionnel et au four à micro-onde. **Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 25-30 min. **Décongelé:** Cuire au four à 350 degré de 10-15 min ou réchauffer au micro-onde.

**Format 2-3 personnes** : **Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 50-70 min. **Décongelé:** Cuire au four à 350 degré de 45-55 min

**Format 5-6 personnes** : **Congelé:** Cuire au four conventionnel à 350 degré 70-90 min. **Décongelé:** Cuire au four à 350 degré de 60-70 min

## MACARONI AU FROMAGE ET JAMBON



400 g  
1-2 pers.

750\$



850 g  
3-4 pers.

1295\$



1.8 kg  
5-6 pers.

2795\$



LES  
ACCOMPAGNEMENTS  
*d'Omer*



LES  
**Râpés**

## INGRÉDIENTS

Carotte, pied de brocoli, œuf, céleri rave, oignon, fromage mozzarella, fromage parmesan, ail.

## PRÉPARATION

**Congelé :** Au four à 350 degré  
15-20 minutes.

**Décongelé:** Au four à 350 degré 10-15  
minutes.

## ROESTI DE LÉGUMES ET PARMESAN



4 unités

550\$



## LES ACCOMPAGNEMENTS d'Omer



### INGRÉDIENTS

Carottes, brocolis, fèves jaunes, pois mange tout, oignons, huile de tournesol, huile de soja, saveur de beurre, protéine de soja, levure (contient des traces d'oeufs et de lait)

### PRÉPARATION

Dans un poêlon, faire sauté à feu vif le mélange de légumes avec le sachet d'assaisonnement jusqu'à ce que le tout soit bien chaud.

## LÉGUMES DU JARDIN

### SAUCE THAÏ À L'ÉRABLE

Sauce worcestershire, sauce soya, sirop d'érable, ail, gingembre, sriraccha

### SAUCE CITRONNÉE

Zeste de citron, huile végétale, jus de citron, épices

### SAUCE FLEUR D'AIL

Fleur d'ail, huile végétale, vinaigre



350g  
2-3 personnes

4,95\$



LES  
ACCOMPAGNEMENTS  
*d'Omer*



# Rizdondaine

## INGRÉDIENTS

Riz, oignons, piments, carottes, céleris, sirop d'érable, base de poulet, sauce soya, ail.

## PRÉPARATION

Réchauffer et servir

## RIZ AUX LÉGUMES À L'ÉRABLE



350g

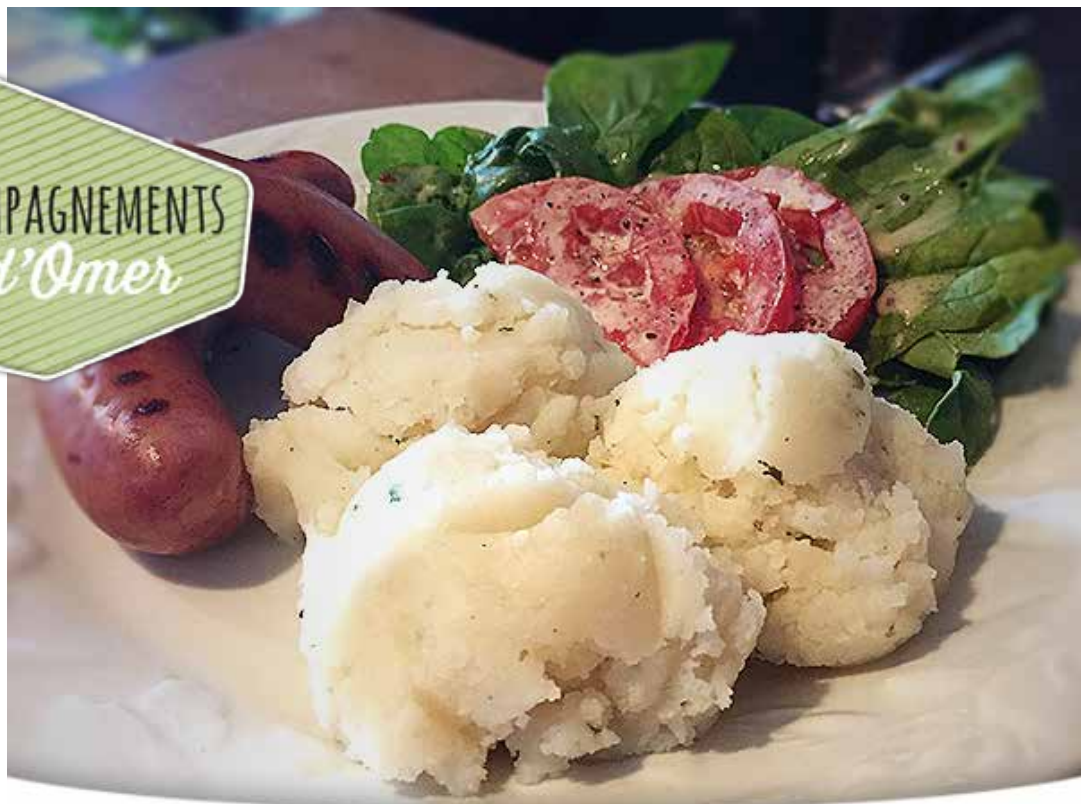
2-3 personnes

350\$





LES  
ACCOMPAGNEMENTS  
d'Omer



## Les Pétacles

### INGRÉDIENTS

Pommes de terre, bouillon de poulet, lait, épices.

### PRÉPARATION

Réchauffer et servir.

### POMMES DE TERRE PILÉES



400g

2-3 personnes

3,50\$



LES  
ACCOMPAGNEMENTS  
*d'Omer*



 Pômal  
COCHON

## INGRÉDIENTS

Porc, eau, chapelure de blé grillée, sel, oignons déshydratés, protéine de soya, dextrose, poudre d'oignon, farine de blé, poudre d'ail, épices.

## PRÉPARATION

Décongeler et déguster.

## CRETON DU TEMPS DES SUCRES



250 g

5,25\$



LES  
ACCOMPAGNEMENTS  
*d'Omer*



# LES Beans

## INGRÉDIENTS

Fèves, cassonade, oignons, mélasse, ketchup, sirop d'érable, vinaigre balsamique, lard, moutarde sèche, épices.

## PRÉPARATION

Réchauffer et servir

## LES BEANS D'LA CABANE



500 ml

5,00\$



1 L

9,00\$



LES  
ACCOMPAGNEMENTS  
d'Omer



## Cheesy Veggie

### INGRÉDIENTS

Carottes, brocolis, fèves jaunes, navets, choux fleurs, oignons, crème culinaire, huile, jus de citron, épices, fromage mozzarella

### PRÉPARATION 2-3 pers.

**Congelé :** Cuire au four conventionnel à 350 degrés de 40 à 60 minutes.

**Décongelé :** Cuire au four conventionnel à 350 degrés de 35 à 45 minutes.

### GRATIN DE LÉGUMES



950g

3-4 personnes

10<sup>95</sup>\$



LES  
ACCOMPAGNEMENTS  
d'Omer



Le  
Dauphineux

## INGRÉDIENTS

Patates, lait, oignons, crème 35%,  
fromage mozzarella, parmesan, ail, épices

## PRÉPARATION 1-2 pers.

**Congelé :** Cuire au four conventionnel à  
350 degré 15 à 25 minutes.

**Décongelé :** Réchauffer au micro-onde..

## PRÉPARATION 3-4 pers.

**Congelé :** Cuire au four conventionnel à  
350 degré 50-70 minutes.

**Décongelé :** Cuire au four à 350 degré de  
45-55 minutes.

## GRATIN DE POMME DE TERRE



400 g  
1-2 personnes

6<sup>50</sup>\$



850 Kg  
3-4 personnes

9<sup>95</sup>\$

# LES EMPTÉS



Rapportez vos pots et couvercles et recevez **40 ¢** en échange sur votre prochain achat.



## INGRÉDIENTS

Tomate, pomme, vinaigre, sucre, oignon, céleri, épices.

## INGRÉDIENTS

Zucchini, oignons, poivrons, sucre, vinaigre, moutarde sèche, Graine de celeri, épices.

## INGRÉDIENTS

Tomates, poires, pêches, oignons, poivrons, pommes, sucre, vinaigre, épices.

## INGRÉDIENTS

Concombre, sucre, vinaigre, oignon, épices.

## INGRÉDIENTS

Bettrave, vinaigre, sucre.

## KETCHUP AUX TOMATES

500 ml

700\$



## KETCHUP AUX ZUCCHINIS

500 ml

850\$



## KETCHUP AUX FRUITS

500 ml

800\$



## CORNICHONS SUCRÉS

500 ml

700\$



## BETTERAVES MARINÉE

500 ml

700\$



# LES EMPORTÉS



## GELÉE *d'abricots et poivrons*

### INGRÉDIENTS

Sucre, vinaigre, abricot, poivron, oignon, sirop d'érable, piment fort, carragénine.

### PRÉPARATION

Ouvrir et servir

### GELÉE D'ABRICOTS ET POIVRONS



190 ml

6<sup>75</sup>\$

# LES EMPOTÉS



Rapportez vos pots et couvercles et recevez **40 ¢** en échange sur votre prochain achat.



## SAUCE DIJONNAISE *à l'érable*



### INGRÉDIENTS

Huile de canola, eau, œuf, sel, vinaigre, sucre, épices, jus de citron, moutarde à l'ancienne, moutarde de dijon, sirop d'érable.

### PRÉPARATION

Ouvrir et servir

### SAUCE DIJONNAISE À L'ÉRABLE



250 ml

475\$



# LES EMPOTÉS



## INGRÉDIENTS

Fraises, Canneberges, framboises, sucré avec 60 % de sirop d'érable, sucre, jus de citron, gélatine.

## PRÉPARATION

Ouvrir et servir

# CONFITURE AUX 3 FRUITS

**CONFITURE FRAISE, CANNEBERGE,  
FRAMBOISE ET ÉRABLE**



212 ml

675\$

# LES EMPOTÉS



## CONFITURE AUX 5 FRUITS

### INGRÉDIENTS

Fraises, rhubarbes, mûres, bleuets, cerises, sucré avec 60 % de sirop d'érable, sucre, jus de citron, gélatine.

### PRÉPARATION

Ouvrir et servir

**CONFITURE FRAISE, RHUBARBE,  
MÛRE, BLEUET, CERISE ET ÉRABLE**



212 ml

675\$

# LES EMPOTÉS



## INGRÉDIENTS

Fleurs d'ail, huile, jus de citron, sel.

## PRÉPARATION

Ouvrir et servir

# FLEUR D'AIL

## FLEUR D'AIL DANS L'HUILE



212 ml

795\$

# LES EMPOTÉS



Rapportez vos pots et couvercles et recevez **40 ¢** en échange sur votre prochain achat.



## INGRÉDIENTS

Mayonnaise, oignon, sucre, huile végétale, vinaigre, relish, moutarde de dijon, épices.

## PRÉPARATION

Ouvrir et servir

## SAUCE *à salade de chou*

### SAUCE À SALADE DE CHOU



250 ml

475\$

# LES EMPOTÉS



Rapportez vos pots et couvercles et recevez **40 ¢** en échange sur votre prochain achat.



## VINAIGRETTE *César*



### INGRÉDIENTS

Œufs, huile végétale, parmesan, vinaigre, câpres, ail, épices.

### VINAIGRETTE CÉSAR



250 ml

5.25\$

### PRÉPARATION

Ouvrir et servir

# LES EMPOTÉS



Rapportez vos pots et couvercles et recevez **40 ¢** en échange sur votre prochain achat.



## INGRÉDIENTS

Tomates, oignons, poivrons vert, vinaigre, mais, fèves noir, piment jalapenos, ail, épices.

## PRÉPARATION

Ouvrir et servir

## SALSA DOUCE

### SALSA DOUCE-MÉDIUM



250 ml

700\$



Les  
desserts  
de Murielle



C'est fou  
DANS BOUCHE



## INGRÉDIENTS

Crème 35 %, blanc d'œuf, sirop d'érable, sirop de table, jaune d'œuf, sucre.

## PRÉPARATION

Garder congelé, servir immédiatement.

## MOUSSE À L'ÉRABLE



500 ml

4,00\$



1 L

7,75\$



Les  
desserts  
de Murielle



## LES BEIGNES Nammy

### INGRÉDIENTS

Farine, patates, saindoux, sucre, lait, sirop d'érable, margarine, poudre à pâte, vanille.

### PRÉPARATION

Sortir du congélateur 10 à 15 minutes avant de consommer.

**Trucs :** Laisser le sac ouvert lors de la décongélation pour obtenir une texture plus croustillante.

Pour un résultat exceptionnel, une fois décongelé placer les beignes sur un papier parchemin dans une plaque à cuire et réchauffer quelques minutes au four conventionnel à broil ou au four grille pain en mode toast.

### BEIGNES À L'ÉRABLE



13 unités

6.50\$





Les  
desserts  
de Murielle



## La sacrifice

### INGRÉDIENTS

**Croute:** farine, saindoux, sel, vinaigre  
Sirop d'érable, cassonade, crème 35 %, œufs, farine, lait évaporé.

### PRÉPARATION

Décongeler et servir.

### TARTE AU SIROP D'ÉRABLE



6 pouces

6<sup>95</sup>\$



9 pouces

12<sup>00</sup>\$



Les  
desserts  
de Murielle



# LA TABAROUETTE

## INGRÉDIENTS

**Croute:** farine, saindoux, sel, vinaigre  
Œufs, sirop d'érable, sirop de maïs,  
pacanes, sucre, beurre fondu, vanille.

## PRÉPARATION

Décongeler et servir.

## TARTE AU SIROP ET PACANE



6 pouces

750\$



9 pouces

1300\$



Les  
desserts  
de Murielle



# SANS Compromis

## INGRÉDIENTS

Farine, bananes, dattes, yogourt grec, œufs, noix de pacanes, grenobles, amandes, graines de citrouille, sirop d'érable, bicarbonate de soude, poudre à pâte, sel.

## PAIN AUX BANANES ET SES NOIX À L'ÉRABLE SANS GRAS, SUCRÉ AUX DATTES



350g

5.95\$

## PRÉPARATION

Décongeler et servir.



Les  
desserts  
de Murielle



J\* COMMENCE  
lundi



## INGRÉDIENTS

Crème 35 %, lait, jaune d'œuf, sucre, vanille.

**Garniture :** Cassonade et sucre.

## PRÉPARATION

Décongelez 30 minutes et servez immédiatement. Ne pas décongeler plus de 60 minutes pour éviter que la croûte brûlée ramollisse.

## CRÈME BRULÉE



4 unités

13,95\$



Les  
desserts  
de Murielle



## La Somptueuse

### INGRÉDIENTS

**Croûte:** farine, saindoux, sel, vinaigre

**Garniture:** Pommes, sirop d'érable, cassonade, crème 35%, margarine, féculé de maïs, épice.

**Top :** farine, cassonade, margarine, amande, essence d'amande.

### PRÉPARATION

**Congelé :** Mettre au four à 350 degré environ 30-40 minutes.

**Décongelé :** Pour une garniture plus croustillante, placer au four à 450 degrés environ 10 minutes.

### TARTE AUX POMMES ET CRÈME D'ÉRABLE



6 pouces

750\$



9 pouces

1300\$



Les  
desserts  
de Murielle



L'EXPLOSIVE

## INGRÉDIENTS

**Croûte:** farine, saindoux, sel, vinaigre

**Garniture:** fraises, rhubarbe, bleuets, cerises, mûres, sirop d'érable, sucre, eau, cardamome, fécule de maïs.

## PRÉPARATION

**Congelé :** Décongelé et servir

## TARTE AUX 5 FRUITS À L'ÉRABLE ET CARDAMOME



6 pouces

750\$



9 pouces

1300\$



Les  
desserts  
de Murielle



La **B**  
Lime pie

## INGRÉDIENTS

Oeufs, lait évaporé, sucre, jus de lime, zeste de lime.

**Croûte:** Chapelure graham, margarine, sucre

**Meringue italienne:** Blanc d'oeufs, sucre

## PRÉPARATION

**Congelé :** Décongelé et servir

## TARTE À LA LIME



9 pouces

14.00\$



Les  
desserts  
de Murielle



## Les BOUCHES TROUS



### INGRÉDIENTS

**Boules aux chocolats** : Rice Krispies, Corn flakes, Sirop de maïs, Cassonade, beurre d'arachide, chocolat

**Rocher à la noix de coco** : noix de coco, lait condensé sucré, raisins secs, graines de citrouille, pépites de chocolats.

**Baklavas à l'érable** : pâte phyllo, amandes, noix de Grenoble, sirop d'érable, margarine, épices

### PRÉPARATION

**Congelé** : Sortir du congélateur 10 à 15 minutes avant de consommer.

### BOUCHÉES MIXTES



24 unités

16<sup>00</sup>\$





Les  
desserts  
de Murielle



## Le POT-FRAISES

### INGRÉDIENTS

**Ingrédients :** Farine, oeufs, margarine, vanille, poudre à pâte, crème 35 %, yogourt, fraise, guimauves rôties, chapelure Graham, beurre d'érable et sirop d'érable.

**GÉNOIRE GARNIE DE MOUSSE AUX FRAISES ET CRÈME DE GUIMAUVES GRILLÉES AVEC SON CROUSTILLANT À L'ÉRABLE**

### PRÉPARATION

Décongeler et servir



225 ml

550\$



Les  
desserts  
de Murielle



  
La Festive

## INGRÉDIENTS

**Étage 1:** Rice Krispies, chocolat, sucre, vanille.

**Étage 2:** Crème 35%, chocolat, gélatine.

**Étage 3:** Crème 35%, framboises, sucre à glacer, gélatine.

**Étage 4:** Crème 35%, blanc d'œufs, sirop d'érable, sirop de table, jaune d'œufs.

**Décoration:** Chocolat, Rice Krispies, Noisettes.

## PRÉPARATION

Garder congelé, servir immédiatement

## BÛCHE DE NOËL



8 pers.

22<sup>95</sup>\$



Les  
desserts  
de Murielle



Pets  
de sœurs  
**BERNARD**



## INGRÉDIENTS

Pâte feuilleté, pommes, cassonade,  
crème 35%, sirop d'érable,  
lait, margarine, épices.

## PRÉPARATION

Cuire à l'état congeler seulement  
15 à 20 min à 400 F.

Consommer dans les 48 h après la  
cuisson pour un gout optimal.

## SPIRALES FEUILLETÉES AUX POMMES



9 pouces

8<sup>95</sup>\$



Les  
desserts  
de Murielle



LA MONSTRUEUSE

## INGRÉDIENTS

**Croute:** Farine, saindoux, sel, vinaigre

**Garniture :** Citrouille, Oeufs, sirop d'érable, sucre, crème 35%, lait 2%, farine, cannelle et muscade.

## PRÉPARATION

Décongeler et servir

## TARTE À LA CITROUILLE



6 pouces

6<sup>95</sup>\$



9 pouces

12<sup>00</sup>\$



## Les produits DE L'ÉRABLE à Réal



Tire d'érable	250g	6.00\$	500g	11.00\$
Beurre d'érable	250g	6.50\$	500g	11.50\$
Pain de sucre mou			250g	6.00\$
Gelée à l'érable			190ml	5.95\$
Caramel à l'érable			190ml	5.95\$
Suçon à l'érable*			un.	1.50\$
Bonbons durs à l'érable			20 un.	5.95\$
Bonbons à l'érable fondant	15 un.	5.50\$	27 un.	9.00\$
Chocolats farcis au beurre d'érable	9 un.	6.95\$	21 un.	12.95\$
Croquant à l'érable*				4.25\$
Cornets à la tire et au sucre d'érable	1 un.*	1.50\$	6 un.	6.75\$
			12 un.	12.75\$
Noix à l'érable*			≈100g	3.95\$
Pop Corn caramélisé à l'érable et à la fleur de sel*			100g	3.95\$
Sirop d'érable en canne	540ml	6.95\$	1 gallon (8cannes)	50\$
Sirop d'érable bidon de plastique	100ml	3.25\$	250ml	4.25\$
			500ml	7.25\$
			1L	14\$
Sirop d'érable en bouteille de verre	375ml	6.25\$	250ml (feuille d'érable)	7.25\$
Emballages cadeaux de produits de l'érable*	<b>DISPONIBLE SUR COMMANDE</b>			

\* Produits taxables