



les **Jardins**  
de hatley

producteurs  
d'argousier

## Les baies de l'argousier

---

### Bombes de vitamines, explosions de fraîcheur.

Super-aliments, les baies d'argousier, appétissantes olives oranges, constituent un des aliments les plus riches et complets de la nature et font partie de la catégorie des aliments fonctionnels et nutraceutiques.

**Préparation :** Pour dégeler : placer les baies dans une passoire et laisser quelques secondes sous l'eau froide.

**Cuisine :** Un goût différent ! Frais, acidulé, goûteux, polyvalent qui se marie merveilleusement bien aux dattes, noix, viandes, charcuteries, volailles, poissons, riz, salades, vinaigrettes, pâtisseries, gelées, confitures. Délicieux en jus, cocktail ou sorbet, sublime avec du chocolat.

### LEURS NOMBREUSES VERTUS

- L'argousier est une plante médicinale qui contient une forte concentration de plusieurs éléments bénéfiques pour la santé. Nos argousiers sont cultivés selon des méthodes entièrement naturelles, sans aucun engrais ni pesticide.
- Les baies d'argousier sont une source exceptionnelle d'antioxydants, acides aminés, acides gras, protéines, vitamines, oligo-éléments et minéraux.
- Quelques uns des nombreux composés bioactifs contenus dans le fruit : lycopènes, vitamines A, B, C(30 fois plus que l'orange...), E, P, K polyphénol, acides gras, oméga 3-6-9, oméga 7 (ou acide palmitoléque, un acide gras très rare), calcium, potassium, magnésium, fer, zinc, etc... avec de surcroît, de grandes concentrations de flavonoïdes et de stérols (anti cholestérol).
- Effets anti-cholestérol, anti-cancer, anti-inflammatoire, anti-bactérien, digestif, diurétique, régénérant, énergétique...

*Pour nous joindre*

Celine Bellehumeur  
Dennis Benoit

83, chemin de  
l'Université  
Canton de Hatley  
(Québec) J0B 2C0

819 842-1253  
Info@jardinshatley.com  
jardinshatley.com