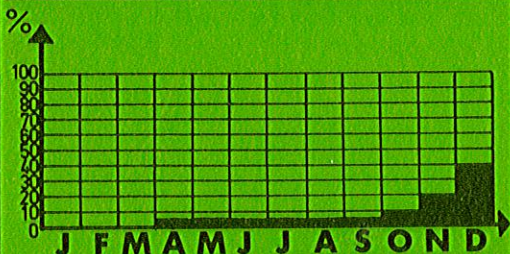




BETTE OU POIRÉE OU BLETTE OU CARDE

35

QUAND M'ACHÈTE-T-ON ?



CE QU'IL FAUT M'ÉVITER...



- FLÉTRISSEMENT
- JAUNISSEMENT
- MEURTRISSURES
- RAMOLISSEMENT

MIEUX ME CONNAÎTRE...



J'AIME BEAUCOUP

- LOCAL HUMIDE
- FRAÎCHEUR



JE N'AIME PAS DU TOUT

- SEC
- FROID
- CHALEUR

Comment s'occuper de moi pour mieux me préserver ?

Le stockage à l'arrivage

- RÉSERVE / RAYON
- DURÉE: 2 À 3 JOURS



Les soins au rayon

- VAPORISER
- TRIER
- AÉRER



Le rangement le soir

- RÉSERVE



Comment me choisir pour mieux m'apprécier ?

À l'oeil

- ALTERNANCE VERT ET BLANC



Au toucher

- CRAQUANTES



Comment me préparer ?

- GRATINÉE, SAUCE BÉCHAMEL
- EN SALADE
- EN POTAGE





BETTE OU POIRÉE OU BLETTE OU CARDE

35

COMMENT ÉTABLIR MON ÉTIQUETTE ?

Mentions obligatoires...

Produit: <input checked="" type="checkbox"/>	catégorie:
Variété: <input checked="" type="checkbox"/>	calibre:
ORIGINE: <input checked="" type="checkbox"/>	
TRAITÉ: <input checked="" type="checkbox"/>	
PRIX: <input checked="" type="checkbox"/> 1kg	

• PAS DE NORMALISATION

COMMENT DISTINGUER MES VARIÉTÉS

Disponible en:

- **BETTE BLONDE À CARDE BLANCHE**
FEUILLES VERT-JAUNÂTRE PAS TRÈS LONGUES
- **BETTE VERTE-LISSE**
FEUILLES LISSES, VERT FONCÉ, CÔTES SERRÉES, BLANC VERDÂTRE
- **BETTE VERTE FRISÉE**
NOMBREUSES FEUILLES LOQUÉES, VERT FONCÉ, CÔTES BLANCHES NUANCÉES DE VERT.

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D

ET POUR RÉPONDRE AUX QUESTIONS HABITUELLES...

• QUALITÉ ?

- LA RACINE DE LA BETTE CONTIENT DES VITAMINES A, B¹, B², C . ELLE FAVORISE LE FONCTIONNEMENT DES INTÉSTINS . QUALITÉ DIURÉTIQUE .
- DIÉTÉTIQUE : CE LÉGUME CONTIENT 90% D'EAU ET N'APPORTE QUE 40 CALORIES