

Céréales - petit déjeuner

Nous avons à POP LA COOP 4 types de céréales de petit déjeuner : les granolas , les Krounchy, le muesli, les flocons d'avoine,

Les acheteurs de céréales vrac de POP LA COOP ont retenu les critères de choix suivants :

- la valeur nutritionnelle, en particulier la teneur et la nature des sucres utilisés ;
- les ingrédients (céréales notamment) les plus proches du lieu de production (si possible en France) et/ou vertueux (pays de provenance des fruits secs "exotiques", absence d'additifs) ;
- le prix du vrac par rapport au prix des produits emballés. A ce titre, POP LA COOP est intéressant pour les granolas "de luxe" et les flocons d'avoine.

Les granolas de "La main dans le bol"

Le granola est un mélange de céréales croustillantes, toastées au four , auquel on ajoute selon les recettes : du sucre (miel, sirop d'érable, sirop d'agave...), des graines, des fruits secs

Nos granolas sont fabriqués par "La Main dans le Bol", petite fabrique artisanale basée en région lyonnaise. Ils ne contiennent aucun additif (pas de sel, pas d'huile de palme, pas de sucre raffiné), il y a juste de l'avoine (origine France garantie) naturellement sans gluten, du sirop d'érable, des fruits secs et des graines, de l'huile de colza.

4 parfums de granolas sont disponibles en alternance à POP LA COOP : cacahuètes-raisins, fruits secs, pommes-canneberges, nature (convient aussi pour les salades). (Granolas peu sucrés : pour 100 g, sucre 10g, fibre 10 g - voir détail en magasin). Les granolas emballés chez ce fabricant sont vendus 19,90 € le kg contre 14,84 € au rayon vrac de POP LA COOP (et vous pouvez varier les quantités et les variétés).

Le muesli protéiné choco-huète sans sucre ajouté

Le muesli est un mélange de flocons de céréales (avoine), de fruits secs et de graines, non torréfié (consistance floconneuse).

Fabriqué par NU MORNING (entreprise artisanale de la région lyonnaise), ce muesli ne contient que de bons ingrédients (pas d'additif, pas de sucre ajouté). Pour 100 g, sucre 10 g, fibres 12 g, protéines 20 g.

Les mueslis chocolats cacahuètes emballés sont vendus entre 19 et 20 € le kg contre 14,54 € en vrac à POP LA COOP.



Céréales de petit déjeuner

Les Krounchy de Grillon d'Or

Les Krounchy sont des pépites de céréales complètes croustillantes (avoine essentiellement), torrifiées avec du sucre de canne et de l'huile de tournesol, et des fruits secs ou du chocolat selon les recettes.

Nos Krounchy sont fabriqués par GRILLON D'OR, une entreprise française de 30 ans, implantée dans l'Ouest de la France, spécialisée dans la transformation des céréales de petit déjeuner bio. On retrouve les produits Grillon d'Or dans les chaînes de magasins bio.

2 Parfums de Krounchy sont disponibles à POP: nature et chocolat.

(pour 100 g, sucre 20g, fibres 6,5 g - voir détail en magasin)

Petit bémol : le prix des krounchy de GRILLON D'OR, moitié moins élevé en moyenne que celui des autres céréales petit-déjeuner proposées par POP LA COOP trouve vraisemblablement son explication dans la nature des ingrédients utilisés (sucre de canne, huile de tournesol, et de nombreux additifs – riz, blé, sirop de riz, farine de blé, sirop de malt d'avoine).

Le Krounchy nature emballé est vendu entre 5,5 et 7,5 € le kg (contre 5,22 € au rayon vrac de POP LA COOP)

Le Krounchy chocolat entre 6,63 et 7,60 € le kg (contre 7,17 € à POP LA COOP)

Les flocons d'avoine Baby Bio

Le flocon d'avoine est une céréale issue de la transformation d'une graine d'avoine par un procédé de traitement à basse température. On obtient des flocons (traditionnellement consommés dans les pays anglo-saxons sous forme de porridge, et dans les pays de culture germanique et nordique sous forme de muesli agrémenté de graines et de fruits secs).

Les Flocons d'Avoine Baby sont des flocons d'avoine de petite taille. Ils s'adaptent à de nombreuses préparations instantanées. Une fois réhydratés, les flocons sont à incorporer dans des préparations salées ou sucrées (une farce, des galettes de légumes, des gâteaux, des biscuits, une omelette ...). Ils peuvent également se consommer pour le petit déjeuner ou pour épaissir un potage.

Les flocons d'avoine baby sont vendus emballés entre 3,15 et 4,10 € le kg contre 2,72 € au rayon vrac de POP LA COOP => vous avez tout intérêt à privilégier le vrac.

