

# Rougeline



## l'univers de la fraise

Des infos, des recettes...

MARMANDE & PROVENCE & ROUSSILLON

## Infos santé

- La fraise est un formidable allié santé-plaisir, c'est un fruit adoré !
- Riche en eau, c'est un des fruits les moins caloriques (seulement 35 Kcal pour 100 g) !
- Elle est très riche en vitamine C (autant que l'orange), en vitamine B3, en carotène, en potassium, en calcium et en fer...

pour  
le goût !

## Conseils & astuces

- Recherchez des fruits à l'épiderme brillant avec une collerette et un pédoncule bien verts.
- Si vous ne pouvez les consommer immédiatement, stockez-les dans le bac à légumes du réfrigérateur et sortez-les 20 minutes avant de les consommer.
- Passez-les sous un léger filet d'eau, sans les équeuter (elles perdraient toute leur saveur).



# Rougeline

Une marque créée par des paysans  
du Sud de la France...



Rougeline porte une histoire unique écrite depuis 20 ans par des paysans passionnés. Privilégiant une agriculture durable, la préservation des écosystèmes et le respect de la vie, ils vous proposent, presque toute l'année, des variétés de fraises très différentes mais toujours pleines de goût...

## Calendrier de production

Saison Mois	Hiver		Printemps				Été		Automne			
	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12
<i>Variétés</i>												
Gariguette	●	●	●	●	●	●					●	●
Ciflorette			●	●	●	●	●					
Charlotte			●	●	●	●	●	●	●	●		
Mara des bois						●	●	●	●	●		



GARIGUETTE



CIFLORETTE



MARA DES BOIS



CHARLOTTE

# La Ciflorette

Allongée, rouge orangée, ferme,  
juteuse et très sucrée



**La préférée des enfants !**



## Rougeline

**Ciflorette au  
fromage blanc,  
tout simplement !**

mais aussi nature, avec de  
la menthe fraîche, ou du basilic  
et du vinaigre balsamique...



# La Gariguette

Allongée, rouge intense, juteuse et parfumée, au goût légèrement acidulé

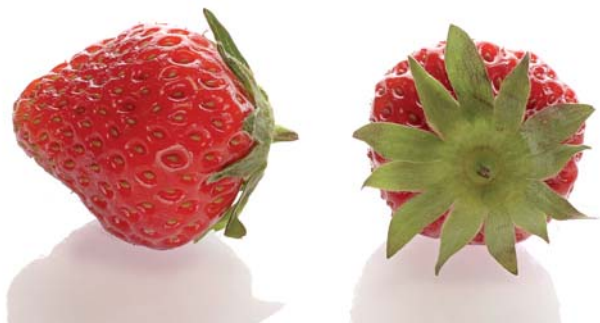


**Gariguette  
et glace  
à la vanille,**  
l'accord magique !

**Nos fraises sont naturellement  
sucrées et très équilibrées.  
Dégustez-les "nature",  
un pur bonheur !**

# La Mara des bois

Ronde, rouge sombre, de petit calibre,  
tendre, sucrée, à l'arôme boisé



## Rougeline

**Soupe froide de  
Mara des bois,  
tout simplement !**

mais aussi en salade mélangée  
avec d'autres variétés...

# La Charlotte

Ronde, rouge soutenu,  
charnue, tendre et très sucrée



**La petite  
nouvelle !**

**La fraise est un fruit très diététique.**

**Sa teneur en vitamine C la place parmi les fruits  
les plus "riches", largement au niveau des agrumes.**

**L'apport en minéraux est modéré mais diversifié  
et bien équilibré.**

**mangez des fraises !**

**apprenez à les reconnaître sur le site**

**[www.rougeline.com](http://www.rougeline.com)**

# Rougeline



“deux”,  
c'est un concept  
d'emballage qui associe  
deux variétés de fraises,  
suivant la saison.

GARIGUETTE  
CIFLORETTE  
CHARLOTTE  
MARA DES BOIS  
DARSELECT