



Conserverie artisanale et familiale

## La Provence en local

Une cuisine 100% naturelle et authentique



CONTACT@OLIVIERM.FR

ÉDITION 2023  
295 RUE EDOUARD DALADIER, 84200 CARPENTRAS





OlivierM met un point d'honneur à cuisiner des **recettes authentiques**, dans la pure **tradition provençale**, comme à la maison.

Des matières premières rigoureusement sélectionnées, au plus proche de chez nous, et un **savoir faire artisanal**.

Des boccas gourmands, aux goûts simples, qui vous rappelleront les **bons plats mijotés du sud** et d'ailleurs.

Rien de mieux qu'une délicieuse soupe au pistou, une ratatouille ou une riste d'aubergines, bien confites, pour accompagner vos soirées grillades entre amis.

Toutes nos recettes sont cuisinées à l'**huile d'olive** et aux **tomates de Provence**. Nos **raviolis** sont 100% **locaux**, confectionnés par une entreprise Carpentrasienne et cuisinés par nos soins.

Chez nous, pas de perlimpinpin ! **Tout est 100% naturel et BIO.**

# LA SOUPE AU PISTOU

Notre **produit phare**, la délicieuse et traditionnelle soupe au pistou.

Un **incontournable** de la **cuisine Provençale**.

"Pistou" vient de "broyer" en provençal, référence au pilon de mortier, utilisé pour réaliser la pâte au basilic, ail et huile d'olive qui lui donne son nom.

Cette soupe aux légumes d'été, haricots blancs, rouges et coquillettes peut se consommer chaude ou froide.

Un concentré de saveurs qui vous transportera dans le Sud en quelques instants.

Un plat familial gourmand et réconfortant, un peu oublié, que nous voulons remettre au goût du jour.



## UNE HISTOIRE FAMILIALE

La *passion de la cuisine* est une histoire de famille. J'ai grandi en Provence, bercé par le chant des cigales, entouré de cuisiniers et bien sûr, je suis tombé dans la marmite !

Sensible aux enjeux environnementaux, l'idée de faire des boccas uniquement BIO, 100% naturels, sans aucun additif et en emballages recyclables s'est imposée.

Accompagné de mon épouse, l'élaboration des recettes a débuté. La toute première, c'est la soupe au pistou évidemment ! *Les produits du terroir* sont à l'honneur.

Aujourd'hui c'est une quarantaine de produits d'ici et d'ailleurs cuisinés de façon traditionnelle avec des matières premières de qualité.

*Olivier Marseille, fondateur de OlivierM.*



# UN TERROIR DE COEUR

Nous devons notre inspiration à **notre belle Provence**, terroir **riche en patrimoine culinaire**.

Un amour inconditionnel pour notre terre, le plaisir de cuisiner les recettes traditionnelles et incontournables de chez nous et une envie de partager notre savoir faire et nos traditions.

Voilà ce qui nous anime !

Des tomates bien mûres, de l'huile d'olive, du thym et de l'ail : les ingrédients essentiels à beaucoup de nos recettes du sud.

## LES SPÉCIALITÉS 75% DE FRUITS

Coup de cœur assuré pour ce **produit d'excellence**.

OlivierM a choisi de mettre en avant le fruit et non le sucre afin de préserver une qualité optimale dans ses spécialités à tartiner haut de gamme.

Elaborées avec **75% de fruits**, elles ne contiennent ni aspartame, ni édulcorant, ou autre sucre de synthèse et sont réalisées avec du fructose, **sucre naturel des fruits**.



### *Tout le fruit, rien que le fruit !*

Nos recettes de spécialités de fruits à tartiner sont préparées uniquement avec des fruits de qualité et du jus de raisin concentré, exaltant le goût naturel et originel des fruits.

Cette recette de notre épicerie sucrée offre d'**incroyables saveurs** et saura régaler les gourmets les plus exigeants.

Sa composition a été soigneusement étudiée afin de vous proposer un **indice Glycémique optimisé** par rapport à une confiture classique, vous permettant d'allier plaisir et forme.

## LES RECETTES DU TERROIR

### Les produits vedettes



COUP DE



### SOUPE AU PISTOU

*Traditionnelle soupe provençale. Soupe repas, cuisinée avec de petits légumes, des haricots rouges et blancs, des coquillettes et surtout ne pas oublier ...le pistou (confectionné à base d'huile d'olive, d'ail et de basilic). A consommer chaude ou froide avec une pointe de parmesan. Convient aux végétariens. 650g*

### SAUCE AU BASILIC

*Cuisinée avec des tomates de Provence, de petits légumes, de l'huile d'olive et généreuse en basilic. En accompagnement de féculents ou comme base de recettes. Convient aux végétariens. 350 g*



### RATATOUILLE CONFITE

*Des légumes du soleil doucement mijotés, parfumés à l'huile d'olive, à l'ail et au thym. Idéal en accompagnement de viande, poisson ou pour servir de base de recettes. Peut se consommer chaude ou froide. Convient aux végétariens. 400 g / 650 g*



### RISTE D'AUBERGINES

*Aubergines frites aux tomates de Provence, parfumées à l'huile d'olive, à l'ail et au thym. Idéal en accompagnement de viande, poisson. Peut se consommer chaude ou froide. Convient aux végétariens. 400 g / 650 g*



## LES RAVIOLIS DE PROVENCE



### RAVIOLIS BOEUF

Cuisinés avec des raviolis frais locaux (2km de notre atelier), des tomates de Provence, du bœuf français. Le tout mijoté avec de petits légumes sués à l'huile d'olive.  
650 g / 1 kg



### RAVIOLIS LÉGUMES

Cuisinés avec des raviolis frais locaux (2km de notre atelier), des tomates de Provence. Le tout mijoté avec de petits légumes sués à l'huile d'olive.  
Convient aux végétariens. 650 g / 1 kg



## SAUCES AUX TOMATES DE PROVENCE

Arrabbiata  
Aubergine  
Basilic  
Napolitaine

Bolognaise (boeuf origine France)  
Bolognaise végétale (soja du sud ouest)  
Champignons frais (origine France)

Toutes nos sauces sont cuisinées avec des **tomates de Provence** naturellement sucrées, de petits légumes, de **l'huile d'olive** et une pointe d'ail.  
En accompagnement de féculents ou comme base de recettes. 350 g



## LES SOUPES BOUTEILLE

Sans épaississant, conservateur ni exhausteur de goût.



### POIS CASSÉS MUSCADE

*Soupe onctueuse aux pois cassés, parfumée de muscade.*  
Cuisinée à l'huile d'olive.  
Ne contient pas de crème.  
Convient aux végétariens.  
48 cl



### CAROTTES GINGEMBRE

*Soupe onctueuse, riche en carottes et gingembre frais.*  
Cuisinée à l'huile d'olive.  
Ne contient pas de crème.  
Convient aux végétariens.  
48 cl



### LENTILLES CORAIL CUMIN

*Soupe au parfum d'orient, délicatement épicée au cumin.*  
Cuisinée à l'huile d'olive.  
Ne contient pas de crème.  
Convient aux végétariens.  
48 cl



### SOUPE À L'OIGNON

*Recette traditionnelle française.*  
*De fines lamelles d'oignons caramélisés, une pointe de Porto, de l'ail, du thym et la touche secrète d'OlivierM.*  
Contient du beurre.  
Délicieuse gratinée au four avec des croûtons et du gruyère. 48 cl



### BUTTERNUT COCO

*Soupe onctueuse au butternut et crème de coco.*  
Cuisinée à l'huile d'olive.  
Convient aux végétariens.  
48 cl



### ARTICHAUT

*Soupe à l'artichaut, relevée d'une pointe d'ail et de thym.*  
Cuisinée à l'huile d'olive.  
Ne contient pas de crème.  
Convient aux végétariens.  
48 cl



## LES PRODUITS DU MONDE



### CHILI VÉGÉTARIEN

Savoureuse spécialité **TEX MEX** composée de haricots rouges, poivrons, maïs, piment ...  
Tomates, haricots rouges et haché végétal au soja : origine France.  
680 g



### CHILI BOEUF

Savoureuse spécialité **TEX MEX** composée de haricots rouges, poivrons, maïs, piment ...  
Tomates, haricots rouges et bœuf : origine France.  
680 g



### KORMA DE LÉGUMES

Sauce **indienne** riche en légumes, délicatement parfumée à la noix de coco et aux épices.  
En accompagnement de riz, légumineuses, viande blanche ou poisson.  
Convient aux végétariens.  
680 g

## A TARTINER



### SOUPE MAROCAINE

Soupe repas traditionnelle du **Maghreb** délicieusement parfumée. Préparée avec de petits légumes, de la tomate, des pois chiches et des épices.  
Convient aux végétariens.  
650 g



### BRUSCHETTA DE LEGUMES

Sauce d'inspiration **italienne** cuisinée à l'huile d'olive, aux légumes du sud et tomates de Provence.  
Relevée d'une pointe de vinaigre, d'épices et aromates.  
A tartiner ou en base de recettes.  
Convient aux végétariens.  
350 g



### SAUCE SALSA DOUCE

Sauce salsa **TEX MEX** délicatement épicée, cuisinée aux tomates de Provence, oignons France et poivrons.  
A déguster avec des chips de tortillas ou à incorporer dans des burritos, fajitas, nachos...  
Sans sucre ajouté ni épaississant.  
Convient aux végétariens.  
250 g



## LES TARTINABLES 100% ISSUES DU FRUIT

*Plus qu'une confiture !*

250 g



ABRICOTS



FRAISES



MYRTILLES



ORANGES CORSES

### LA PLUS FRUITÉE DE TOUTES !

Préparées uniquement avec des fruits rigoureusement sélectionnés, du sucre issu du fruit (fructose) et de la pectine, ces spécialités à tartiner offrent **d'incroyables saveurs**.

Elles combleront les gourmets les plus exigeants avec leur goût **très fruité** et **peu sucré**. Elaborées avec 75% de fruits (sauf l'orange Corse 58%) elles ne contiennent ni aspartame, ni édulcorant, ou autre sucre de synthèse et sont réalisées avec le **sucre naturel des fruits**.

Avec leur **indice glycémique bas** vous pourrez allier forme et plaisir.

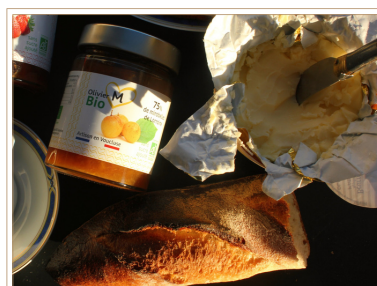
Pour réaliser ce **produit d'excellence**, nous sélectionnons les meilleures variétés de fruits dévoilant ainsi tous leurs arômes et leurs qualités gustatives incomparables. Ces **tartinables françaises, gourmandes et peu caloriques** accompagneront donc parfaitement vos tartines, crêpes ou fromages blancs.



FRUITS ROUGES



FRAMBOISES



MIRABELLES DE  
LORRAINE



CASSIS





## LES CONFITURES EXTRAS



ABRICOTS



FRAISES



FIGUES

Préparées avec **55% de fruits** et du sucre de canne blond  
pour conserver la belle couleur du fruit.

500 g



FRAMBOISES



MYRTILLES



MIRABELLES





## C'est BIO et c'est BON !

Des recettes gourmandes, saines et pratiques,  
cuisinées avec passion, dans la tradition, comme à la maison.

<https://olivierm.fr>



06 29 66 30 99



[contact@olivierm.fr](mailto:contact@olivierm.fr)



Bloc SAS 295 Rue Edouard Daladier 84200 Carpentras



@conserverie\_olivierm



@ConserverieOlivierM