



LE JARDIN E(S)T LA RECETTE

**Étonnants mélanges aromatiques
aux “mauvaises herbes”
du jardin !**





SOMMAIRE

VERS LA RÉSILIENCE ALIMENTAIRE

- Le constat
- La vision
- La mission
- Comment ça marche ?

DES JARDINS SAUVAGES RÉGÉNÉRATIFS

- Berceaux de biodiversité
- Les bonnes “mauvaises herbes”
- Partager les savoirs ancestraux

DE L'ACTIVITÉ POUR SOUTENIR LA SOCIÉTÉ

- Vivre avec, pour, et grâce au jardin
- Une filière symbiotique

DES RECETTES EXTRAORDINAIRES

- Des recettes surprenantes
- Des mélanges épicés pour BIEN manger
- Transformez vos repas en explorations bucoliques
- Le séchage, un procédé qui a tout bon !
- La dalle, 100% végétale
- Les best sellers : pesto sec, bouillon, gomasio, sucré fleuri

ORIGINES ET PORTRAITS :

Bénédicte Gory et Aurélie Carrillo

RÉSEAUX SOCIAUX

CONTACT PRESSE



CONSTAT : NOTRE SYSTÈME ALIMENTAIRE MARCHE SUR LA TÊTE !

Alors que 50% de nos agriculteurs s'apprêtent à partir à la retraite ...

... qui va nous nourrir demain ?

Alors que l'agriculture intensive nécessite des intrants qui tuent le Vivant,
et que l'import de denrées alimentaires manque de traçabilité et a un
impact carbone désastreux

... qu'allons-nous donc mettre dans nos assiettes ?

VISION : DEMAIN ... RIME AVEC JARDIN !

Avec la modernisation de notre système alimentaire, **nos jardins ont été peu à peu délaissés**. Pourtant, ils sont riches de **milliers d'espèces végétales**, cultivées et sauvages, et sont autant de refuges protecteurs pour la biodiversité.

Source d'alimentation, de **vie** et de **sens**, le jardin est au cœur d'un système vertueux qui peut :

- ❖ **renforcer notre résilience alimentaire**
- ❖ **aider à régénérer la biodiversité**
- ❖ **accompagner la société dans sa transition**





MISSION : CONSTRUIRE UNE FILIÈRE ALIMENTAIRE VERTUEUSE

Pour **renforcer notre système alimentaire, régénérer la biodiversité** et **soutenir la société**, LE JARDIN E(S)T LA RECETTE crée **une filière structurée pour les récoltes du jardin.**

L'entreprise permet aux jardiniers particuliers de **valoriser leur activité** et **(re)met les plantes sauvages au cœur de notre quotidien.** Ainsi, elle encourage le retour à la terre, crée des vocations agricoles, met dans nos assiettes des aliments ultra-locaux et hautement résilients, et réensauvage les parcelles pour régénérer les écosystèmes.



COMMENT ÇA MARCHE ?

L'idée est simple : la startup achète les **fruits, légumes, aromates et plantes sauvages du jardin** puis élabore de surprenantes recettes de **condiments et aides culinaires**.

Les **jardiniers adhérents** qui vendent leurs récoltes sont des passionnés, amoureux de leur jardin. Ils suivent un cahier des charges rigoureux qui encourage les pratiques agroécologiques et exclut notamment tous intrants de synthèse.

Une fois séchés, ces ingrédients sont **transformés artisanalement en mélanges aromatiques** ultra pratiques. Ils sont conditionnés dans des **packagings sans plastiques, 100% compostables, réutilisables ou recyclables à vie**. Les étiquettes (en kraft compostable) sont maintenues sur les pots par des élastiques en latex naturel afin de faciliter la réutilisation des contenants.



JARDIN n.m :

Terrain merveilleux, généralement clos, où l'on cultive ou laisse vivre des végétaux aux pouvoirs extraordinaires !





LE JARDIN SAUVAGE : BERCEAU DE BIODIVERSITÉ

On connaît bien les jardins "À la française", propres et bien taillés, mais laissés à l'état sauvage, il s'y développe **des écosystèmes uniques qui regorgent de vie. Les espèces végétales et animales** qui s'y épanouissent évoluent en parfaite **symbiose**, et créent **un équilibre vertueux**, plus **résilient** aux maladies et aléas climatiques.

Loin des pratiques d'agriculture intensive qui maltraitent le vivant et appauvrissent les sols, **les gestes des jardiniers sont bienveillants et contribuent à enrichir ce biotope.**

La France compte **750 000 hectares de jardins**, autant de **berceaux** qui peuvent aider à **régénérer le monde végétal et animal qui nous entoure**. C'est pourquoi LE JARDIN E(S)T LA RECETTE encourage le **ré-ensauvagement des parcelles** et diffuse à ses jardiniers des **pratiques agroécologiques** respectueuses des sols et de la biodiversité.





LES PLANTES SAUVAGES : DES HERBES, PAS SI MAUVAISES !

Vulgairement appelées “mauvaises herbes” car elles s’invitent partout, **les plantes sauvages ont pourtant nourri l’Homme** pendant des millions d’années.

Bien **plus nutritives que les plantes cultivées**, poussant localement **sans intrants**, et **résistantes aux maladies et aléas climatiques**, elles n’ont pourtant rien de “mauvais”. Au contraire ! Elles sont synonyme de **résilience alimentaire** et méritent de retrouver le chemin de nos assiettes.

LE JARDIN E(S)T LA RECETTE les invite dans ses produits, pour leurs **bienfaits**, mais aussi pour leurs **saveurs surprenantes** qui rappellent certaines épices du bout du monde.

Aujourd’hui en France, la majorité des épices sont importées, mais saviez-vous que l’Hélichryse a un goût de curry, que le Mélilot rappelle la Vanille, et que la Benoite urbaine évoque le clou de Girofle ? Et bien maintenant : oui !



DIFFUSER DES SAVOIRS ANCESTRAUX

Il était un temps où nos anciens se tournaient vers les plantes de leur jardin pour **se nourrir, se soigner, se faire beaux et même entretenir leur intérieur.**

Avec le temps et l'industrialisation **nous avons perdu ce réflexe et ces connaissances.**

LE JARDIN E(S)T LA RECETTE affirme qu'il est temps de **revenir aux basiques** et de se rappeler les techniques employées par nos aïeux.

C'est pourquoi la startup explore les savoirs ancestraux, et partage avec sa **communauté ces précieuses informations** qui permettent de **consommer différemment**, et d'**avancer dans la transition.**



JARDINIER n.m :

Amoureux de la nature et gourmand par nature !



VIVRE AVEC, POUR, ET GRÂCE AU JARDIN !

La nature fait partie de la nature humaine ! C'est pourquoi le jardinage n'est pas un simple passe-temps : c'est un appel, **source de bien-être, de sens, d'accomplissement**, mais aussi **d'alimentation et d'autonomie**.

Posez la question aux 17 millions de jardiniers Français, et tous vous diront que : s'ils le pouvaient, ils jardineraient plus !

LE JARDIN E(S)T LA RECETTE aide ces jardiniers à convertir ce rêve en réalité en leur permettant de **percevoir un complément de revenu** de cette activité, et en les amenant à **développer leurs connaissances** du monde végétal.

Véritable catalyseur de changement de vie, le service crée des vocations, encourage la professionnalisation, et accompagne les jardiniers souhaitant se **reconvertir vers un métier agricole**.





UNE FILIÈRE SYMBIOTIQUE

La **symbiose** est “**l’association** étroite entre deux ou plusieurs organismes, **mutuellement bénéfique**, voire indispensable à leur survie”.

En créant une filière, de la binette à l’assiette, LE JARDIN E(S)T LA RECETTE **crée un lien** entre les jardiniers et les consommateurs : 2 populations que tout semble opposer, mais qui ont en réalité des besoins et des ressources tout à fait complémentaires.

Par le biais de la nature, un système symbiotique se met en place, empreint de **partage** et de **solidarité**, et qui crée un cercle **vertueux pour notre société**.



RECETTE n.f :

Formule magique d'une préparation (culinaire, médication, etc)



DES RECETTES SURPRENANTES

C'est sec ? Oui !

Les recettes proposées par LE JARDIN E(S)T LA RECETTE sont séchées, ce qui n'est pas si étonnant quand on sait que ce procédé ancestral fait partie des plus respectueux pour notre santé et nos ressources.

Imaginées en fonction des récoltes, les recettes jouent sur les **contrastes et révèlent des associations inédites** : fruits, légumes, aromates, et plantes sauvages s'y rencontrent, **concentrés** en arômes, et prêts à **surprendre** les papilles.

Étonnamment **simples à utiliser**, ces mélanges se présentent dans leur plus simple appareil : **pauvres en sel et en matières grasses**, sans texturants, conservateurs, ni arômes artificiels, ils sont particulièrement sains et peuvent être utilisés au quotidien, et sans modération !



DES MÉLANGES ÉPICÉS, POUR BIEN MANGER !

“Un plat sans épices, c’est comme un jardin sans fleur : c’est ennuyeux, et ça manque de parfums”.

Bien associées et bien dosées, les épices révèlent n’importe quel plat. Mais “bien manger” c’est aussi faire attention à son impact. Hors, **80% de nos épices** sont importées, souvent de très loin.

Pourtant, il existe dans nos jardins des saveurs extraordinaires, qui rappellent notamment le curry, la vanille ou le café. Avec ses étonnants mélanges du jardin, LE JARDIN E(S)T LA RECETTE **ne fait pas de compromis entre le Goût, et le Coût Environnemental & Social.**

L’entreprise n’oublie pas non plus que “bien manger” n’est pas toujours facile, et propose des produits **ultra pratiques**, concentrés et qui se conservent très bien.



TRANSFORMEZ VOS REPAS EN EXPLORATION BUCOLIQUE !

Orties, lierre terrestre, reine-des-prés, feuilles de frêne... et si vos assiettes exploraient le jardin ?

Riches en protéines, vitamines et minéraux, **les plantes sauvages** réhaussent les **qualités nutritionnelles** de nos assiettes, sans compter qu'elles ont bien souvent des **propriétés médicinales** scientifiquement prouvées.

Mais bien plus que ça : leurs goûts vous transportent ! Les mélanges LE JARDIN E(S)T LA RECETTE vous font voyager dans le temps, avec des **goûts oubliés** et pourtant **résolument modernes**, et à l'autre bout du monde avec des **parfums d'ailleurs, mais bien d'ici** !

Une exploration bucolique qui ne fait que commencer !



LA DALLE, 100% VÉGÉTALE !

Par goût, ou par conviction, devenir végétarien, c'est bien, mais faut qu'ça balance.

Vous connaissez **le secret des vegans** pour transformer leurs plats en 1 clin d'oeil ? **Les épices, condiments, aides culinaires !**

Un bouillon pour faire revenir les légumineuses ou faire rôtir ses petits légumes, un pesto pour assaisonner les salades et réhausser les céréales, un topping de graines pour terminer l'assiette ou encore une saveur fleurie pour parfumer un dessert !

La gamme de mélanges aromatiques proposée par LE JARDIN E(S)T LA RECETTE est idéale pour donner du goût aux assiettes végétales.





LE SÉCHAGE, UN PROCÉDÉ QUI PRÉSERVE BIEN PLUS QUE LES NUTRIMENTS !

Pourquoi la déshydratation, cette technique ancestrale qui présente tellement d'avantages, a-t-elle disparu au profit de techniques plus modernes ?

Séchés à basse température, les aliments **conservent leurs précieux nutriments**, contrairement à la pasteurisation dont la chaleur détruit notamment les vitamines.

Par ailleurs, le séchage est beaucoup **moins gourmand en énergie** que la pasteurisation qui nécessite de maintenir le produit à haute température.

Enfin, en séchant, les aliments se **concentrent en saveurs** et permettent une bien meilleure conservation.

Bref, le séchage a tout bon !



DES PESTOS ... SECS !

En italien, “pesto” signifie “pillé, écrasé”. **Sous forme sèche**, il se libère des carcans huileux et même parfois du basilic !

Armes redoutables pour transformer n'importe quel plat, les pestos secs sont fabriqués artisanalement, à partir d'**ingrédients venant tout droit du jardin** et issus de l'agriculture biologique.



Composés à **88% de légumes, plantes sauvages, graines oléagineuses, fruits à coques, et aromates**, ils sont pauvres en sel et en matières grasses.

100% végétales et sans gluten, les recettes sont sans colorants, ni texturants, ni conservateurs, et bien sûr **sans huile de palme**.

Betteraves, Feuilles de Tilleul & Noisettes



UN BOUILLON QUI VOUS VEUT VRAIMENT DU BIEN !

Généralement constitués de 80-90% de sel, d'huile (souvent de palme), de farine, de conservateurs et de colorants, **les bouillons "cubes" industriels sont une aberration nutritionnelle.**

Pourtant ils font partie de nos épices quotidiennes !



Composés de **82% de légumes, fleurs, plantes sauvages et aromates**, d'un filet d'huile d'olive et d'une pointe de sel, LE JARDIN E(S)T LA RECETTE propose **enfin des bouillons très très bons !**

Fabriquées artisanalement à partir d'ingrédients venant tout droit du jardin et issus de l'agriculture biologique, ces recettes **100% végétales** ont des saveurs étonnantes qui vont réveiller vos assiettes !



Carottes, Hélichryse, Menthe, Coriandre



GOMASIO : GOMA-QUOI ?

Le gomasio est **un condiment traditionnel japonais** («goma» veut dire «sésame», et «shio» veut dire «sel») qui se saupoudre sur les plats nippons, salué pour ses saveurs, ses qualités nutritionnelles et sa faible teneur en sel.

Il est **idéal pour réduire sa consommation de sel** tout en apportant du goût à toutes les assiettes.



LE JARDIN E(S)T LA RECETTE propose **des gomasio à la française.**

Loin de leur contrée originelle, ces gomasio se sont perdus dans le jardin et **fricotent avec les fruits, légumes, aromates et autres plantes sauvages** : rapprochement stratégique avec la bourrache, la verveine, les graines d'ortie et plus encore !



Gomasio au Sarrasin grillé, Figues & Graines d'orties



LES DESSERTS AUSSI ONT DROIT À LEUR BOUT DE JARDIN !

Sucrées, acidulées, aromatiques, les saveurs du jardin séduisent aussi les becs sucrés !

Alternatives locales au sucre vanillé, les sucres aux fleurs du jardin apportent aux desserts et pâtisseries un arôme délicieusement surprenant. Les fleurs de sureau évoquent le litchi, la reine-des-prés a un petit goût d'amande, le mélilot rappelle la vanille ! Il n'est donc **pas nécessaire de parcourir le monde pour faire voyager nos papilles !**



Topping Sarrasin, Kiwi,
Pommes, Graines d'orties & Basilic

Les toppings sucrés, eux, ensauvagent les yaourts, compotes et autres salades de fruits, en leur apportant du croquant et d'étonnantes notes aromatiques.

ORIGINES ET PORTRAITS

L'initiative a **germé en 2019**, à Soisy-Bouy, dans le jardin de Bénédicte, où les “mauvaises herbes” règnent en maîtres.

Avec Aurélie, elles partagent le besoin de construire une nouvelle façon de consommer et l'envie de faire connaître ces plantes extraordinaires au plus grand nombre.

Au fil des saisons, les rangs ont grossi et le **collectif s'est renforcé**.

Des centaines de jardiniers adhérents font aujourd'hui partie du réseau, et vendent leurs récoltes.

La marque attire de plus en plus de **clients soucieux de soutenir une consommation durable**, et peut compter sur **une équipe engagée** et **de nombreux ambassadeurs** pour créer cette nouvelle filière vertueuse.



BÉNÉDICTE GORY : PARISIENNE & PAYSANNE



A 40 ans, après avoir travaillé pendant 15 ans pour le groupe LVMH sur des projets innovants et RSE, Bénédicte troque ses souliers vernis pour une paire de bottes. “ Face aux enjeux sociaux et environnementaux de notre époque, je me sentais tellement inutile ! ” avoue-t-elle.

“J’ai ressenti un besoin viscéral de me reconnecter à la nature et de me consacrer à la construction d’un avenir meilleur pour mes enfants . J’ai mis les mains dans la terre et j’ai pris une claque devant l’incroyable générosité de la nature. Je suis tombée amoureuse des plantes sauvages de mon jardin et j’ai **réalisé qu’il n’y a rien de plus sain, responsable et résilient que ce qui pousse dans le jardin.**

J’ai créé LE JARDIN E(S)T LA RECETTE pour encourager le retour à la terre, et donner accès, au plus grand nombre, aux incroyables produits du jardin.”

Bénédicte, co-fondatrice

" Un jardin, même petit, est d'une incroyable richesse !

Fruits, légumes, fleurs, herbes sauvages... nos aïeux avaient l'habitude d'aller chercher au fond du jardin tout ce dont ils avaient besoin pour leur alimentation, leur beauté ou l'entretien de leur maison...C'était à la fois sain, responsable, et pratique : tout ce dont nous avons besoin aujourd'hui !



AURÉLIE CARRILLO : PRO DE LA BINETTE

Périgourdine, gourmande et amoureuse du grand air, Aurélie est issue d'une famille qui aime se retrouver autour d'une table.

Attachée à son terroir et aux bons produits, Aurélie évolue pendant 15 ans dans la Bio, en tant que responsable commerciale; membre du conseil d'administration de magasins de producteurs, puis gérante d'une Brasserie artisanale.

Dès son plus jeune âge, son grand-père l'éveille à la nature : avec lui, elle cultive ses premiers légumes et découvre les plantes aromatiques. Les pensées et les travaux de Jean-Marie Pelt et de Pierre Rabhi la fascinent et l'amènent à explorer les plantes médicinales, et à devenir agent de sourcing. Sa rencontre avec François Couplan, spécialiste international des plantes sauvages comestibles, est un moment fort de sa vie, l'amenant à voir dans le monde sauvage une réponse à nos enjeux modernes.

Son désir d'assurer l'avenir des générations futures en s'appuyant sur des connaissances oubliées sont désormais les clés de sa vocation.



Auréli, co-fondatrice

" Enfant, je passais des journées entières à vivre des aventures extraordinaires dans les bois : je m'y sentais tellement bien ! En me plongeant dans la botanique je suis tombée amoureuse de chaque plante. Toutes ont des bienfaits et des vertus extraordinaires et je me réjouis de les partager ! "



RÉSEAUX SOCIAUX



LE JARDIN E(S)T LA RECETTE

Saupoudrez du jardin !

CONTACT PRESSE :



constance.faucheux@gmail.com



07.71.23.56.10

