

LES PROMOS DE NOVEMBRE

DU 4 AU 30 NOVEMBRE 2024

-15%

sur notre sélection de produits



**MELANGE
GOURMAND MARKAL**
500 g, boulgour
gros, quinoa et
épeautre

~~3,27 €~~
**PRIX PROMOS
-15%***
2,78 €



**TRIO GOURMET
MARKAL**
500 g, riz long
complet étuvé,
lentilles beluga et
quinoa rouge

~~4,08 €~~
**PRIX PROMOS
-15%***
3,47 €



**RIZ SPÉCIAL
RISOTTO**
500 g

~~3,28 €~~
**PRIX PROMOS
-15%***
2,79 €



**SAUCE TOMATE
BASILIC LUCE**
340 g

~~2,95 €~~
**PRIX PROMOS
-15%***
2,51 €

Cash Bio
markal
Les idées bio depuis 1936
votre supermarché Bio

Les Soubredieux - RN532 sortie 5 - 26300 Alixan
Plus d'infos sur cashbio.fr

DU 4 AU 30 NOVEMBRE AU CASH BIO

La recette du mois

Lasagne aux champignons

Prépa. 20 min Cuisson 35 min

Feuilles de lasagne, échalotes, farine, champignons de Paris, lait, noix de muscade.

Ingrédients pour 4 personnes

- 8 feuilles de lasagne
- 2 échalotes
- 30 g de farine Markal
- 4 œufs (ou 5 petits)
- 70 g de fromage râpé
- 500 g de Champignons de Paris
- 500 g de lait
- 50 g de beurre
- 1 pincée de muscade
- Sel, poivre

Étapes

Étape 1 : Pelez et émincez les échalotes. Nettoyez et émincez finement les champignons. Faites fondre 20 g de beurre dans une poêle. Faites-y revenir les échalotes et les champignons jusqu'à ce que l'eau des champignons se soit évaporée. Salez, poivrez puis retirez du feu.

Étapes (suite)

Étape 2 : Faites fondre le reste de beurre dans une casserole. Ajoutez la farine en pluie et remuez bien. Versez petit à petit le lait en continuant de fouetter et mélangez jusqu'à ce que la sauce épaississe. Ajoutez 50 g de fromage râpé, la noix de muscade, puis salez et poivrez.

Étape 3 : PRÉCHAUFFEZ LE FOUR À 200°C.

Étape 4 : Placez un peu de sauce béchamel dans le fond d'un plat allant au four. Recouvrez avec une couche de feuilles de lasagne puis une couche de champignons. Répétez l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients et terminez par une couche de sauce. Parsemez du restant de fromage râpé, salez et poivrez.

Étape 5 : Enfournez pour 35 min, jusqu'à ce que les lasagnes soient bien gratinées.

ASTUCES!

Vous pouvez utiliser d'autres types de champignons comme les champignons shiitake, les champignons portobello ou même des pleurotes pour varier les saveurs.

Vous pouvez incorporer de la viande hachée, comme du bœuf ou du poulet, pour une version plus consistante et savoureuse.



FEUILLES
DE LASAGNE
VALPI BIO
Maïs et riz,
250 g

~~5,32 €~~
PRIX PROMOS
-15%*
4,52 €



FARFALLE
VALPI BIO
Riz brun,
250 g

~~4,33 €~~
PRIX PROMOS
-15%*
3,68 €

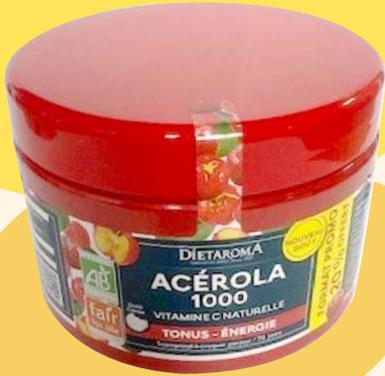


SPAGHETTI
VALPI BIO
Riz brun,
500 g

~~6,95 €~~
PRIX PROMOS
-15%*
5,91 €

DU 4 AU 30 NOVEMBRE AU CASH BIO

**+20%
gratuit**



ACÉROLA 1000
Goût cerise,
60 comprimés
+ 20% gratuit

~~19,48 €~~
**PRIX PROMOS
-15%***

16,56 €



BENETRANSIT
54 comprimés

~~15,21 €~~
**PRIX PROMOS
-15%***

12,93 €



**DUO FRUITS
& FIBRES
REGULAR**
40 cubes

~~27,09 €~~
**PRIX PROMOS
-15%***

23,03 €

**La santé
avant tout!**

ACTIONS :

Hydratation, concentration, antioxydant,
récupération, énergie

Performances optimales avec des doses
précises d'électrolytes et vitamines pour
prolonger l'endurance, réduire la fatigue
et maintenir l'équilibre électrolytique
essentiel.

LES +

La vitamine B12 contribue au fonctionnement
normal du système nerveux.

La vitamine C contribue au fonctionnement
normal du système immunitaire et contribue à
réduire la fatigue.

Le magnésium et le potassium contribuent à une
fonction musculaire normale.



**PUNCH POWER
ELECTRO BOOST**
Citron, fraise,
mangue passion,
70 g
L'unité

~~15,19 €~~
**PRIX PROMOS
-15%***

12,91 €

CONSEILS D'UTILISATION

1 à 2 comprimés par jour, à diluer dans un bidon d'eau. à
conserver dans un endroit sec et frais, à l'abri de la lumière.
Enfants + 3 ans et adultes.



*Offre non cumulable avec la remise à partir de 3 unités achetées (pour les produits Les Essentiels uniquement). Dans la limite des stocks disponibles.

DU 4 AU 30 NOVEMBRE AU CASH BIO

Sans gluten



~~3,40 €~~

PRIX PROMOS
-15%

2,89 €

BISCUITS AVOINE
NATURE CELIANE
130 g

MMMM !
drôlement
bon...

Sans gluten

~~4,03 €~~

PRIX PROMOS
-15%

3,43 €

BISCUITS AVOINE NAPPÉ
CHOCOLAT LAIT
125 g



Cash Bio Markal

Du lundi au vendredi : 9h-19h non stop,
Samedi : 9h-18h30 non stop
LACRA-RN 532 / Sortie 5 / Aire des Marthes
Les Soubredieux - 795 route de la Correspondance -
26300 ALIXAN
Tél. 04 75 58 89 18

www.cashbio.fr

DRIVE www.cashbio.fr

- Service gratuit • Facilitez-vous les courses • Mêmes prix qu'en magasin • Gagnez du temps • Commandez 24h/24
- 1 - Faites vos courses en 1 clic et 24h/24. Les frais de préparation sont offerts.
- 2 - Vos courses prêtes le lendemain à partir de 15h.
- 3 - Payez en magasin et retirez vos courses en 10 mn.

*Offre non cumulable avec la remise à partir de 3 unités achetées (pour les produits Les Essentiels uniquement). Dans la limite des stocks disponibles.