

# AMAP Les paniers du plateau

## Guide des producteurs



Saison 2026 - 2027

Suite à une réflexion du Projet Alimentaire Territorial en 2024 sur la commune de Fontain, l'AMAP Les paniers du plateau a vu le jour en avril 2025.

***Qu'est-ce-qu'une AMAP ?***

C'est une Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne. Cela consiste à établir un lien direct entre un paysan de proximité et des consommateurs. Cela permet de soutenir des agriculteurs en assurant des livraisons régulières définies dans un contrat.

***Quels types de producteurs sont dans l'AMAP ?***

Tous les producteurs sont locaux et en agriculture biologique.

***Je souhaite adhérer comment je fais ?***

Pour pouvoir commander des produits, il faut commencer par **adhérer à l'AMAP** avec une cotisation de 15€ pour l'année 2026.

Vous pourrez ensuite choisir vos contrats, en lien avec les différents référents de l'AMAP.

***Où et quand ont lieu les livraisons ?***

Les livraisons ont lieu tous les jeudis de 17h30 à 19h à l'ancienne mairie d'Arguel, route de Levier, 25720, Arguel, FONTAIN.

N'hésitez pas à nous contacter à [amap.aflp@proton.me](mailto:amap.aflp@proton.me)

Légumes : Blettes comme choux	page 4
Fruits : Claude Lapalus	page 5
Fromage de chèvre et œufs : le GAEC de la terre ferme	page 6
Pain : au fournil de Nico	page 7
Viande de porc et agneau : la ferme de Barband	page 8
Viande de volailles et bœuf : la clé des champs	page 9
Miel : Frédéric Lacroix	page 10
Tisanes, macérats et alcoolatures : Simplicité plantes	page 11
Vin : Les vignes à Fanfan	page 12
Bières : Ney	page 13
Glaces : Le champ des gourmands	page 14
Tarifs et calendriers des livraisons 2026/2027	pages 15 et +

## Blettes comme choux

### Legumes

Nous sommes Camille, Thomas et Benoit, maraîchère et maraîchers installés depuis janvier 2024 sur le site des Jardins de Cocagne à Chalezeule (25) à côté de Besançon.

Nous cultivons des légumes biologiques sur environ 1ha de surface en plein champs et sur 1500m<sup>2</sup> de surface sous serres. Toute l'année, nous produisons une cinquantaine de légumes différents, des primeurs aux légumes de conservation en passant par les légumes ratatouille de l'été.

Vous pouvez choisir de commander un petit panier de légumes (1 à 2 personnes) ou un grand panier de légumes (3 à 4 personnes) par semaine.



## Claude Lapalus

### Fruits

Installé à Morogne, je suis un producteur de fruits et petits fruits de saison, bio (pommes, poires, mirabelles, fraises, framboises, cassis, groseilles...) depuis 2016.

Je vous informerai chaque semaine des variétés de fruits que je pourrai vous proposer.

Je propose également des jus de fruits.

J'assure les commandes et livraisons chaque semaine.



## Le GAEC de la Terre Ferme

### Fromages de chèvre et œufs

Je m'appelle Martin, et suis chevrier randonneur et fabricant de fromages. Après avoir élevé quelques chèvres et transformé leur lait, j'ai voulu en faire mon métier et me suis formé en 2021 à l'élevage caprin et à la transformation fromagère. J'ai eu la chance d'apprendre aux côtés de personnes passionnées à la ferme du pic bois.

Je travaille au GAEC de la Terre Ferme, avec Manon et Gaëlle, maraichères. La Terre Ferme est nichée dans un écolieu, une ancienne ferme traditionnelle viticole, composée de 25 ha de terres, de 3 bâtiments massifs et d'habitats personnels écoresponsables en cours de éco-rénovation. Aujourd'hui, une quinzaine d'habitants et d'actifs font vivre ce lieu à travers différentes activités, toujours dans le respect de l'humain et de l'environnement.

Vous pouvez commander différents fromage de chèvre, de la faisselle, du yaourt et des œufs.



## Au fournil de Nico

### Pain : Nicolas Saunie

J'ai ouvert en octobre 2024 rue de la Maltournée à Pugey et ai obtenu le label agriculture biologique début d'année 2025.

Je propose des pains fabriqués à la main au levain naturel cuits dans un four à bois alimenté par du bois local.

Je travaille dans un bâtiment éco-conçu créé par la mairie de Pugey pour réduire ma consommation d'énergie. Je privilégie également les circuits courts et mes farines viennent de Torpes.

Vous pouvez choisir de commander des pains différents chaque semaine. La commande est à passer avant le mardi soir minuit pour une livraison le jeudi à l'AMAP.



## La ferme de Barband

### Viande de porc et agneau +oeufs

Je m'appelle Antoine et suis installé a Barband depuis 2020 en polyculture – élevage sur la commune de Pelousey (25170).

Ma ferme s'articule autour de plusieurs productions ( Bio bien évidemment ! ), dont, pour l'AMAP :

- **Viande d'agneaux** de race Bizet
- **Viande de porcs plein air** – “Tout est bon dans le cochon!”
- **Œufs**

Dans un soucis d'autonomie, les animaux sont alimentés grâce au foin et aux céréales **produites sur la ferme**. Pour soutenir l'économie locale, tous les produits sont commercialisés en **circuit court**.

**Vous pouvez commander différents colis de viande de porc ou d'agneau plusieurs fois dans l'année** (voir calendrier des livraisons et tarifs à la fin du guide).



## La clé des champs

### Volailles et bœuf

Je m'appelle Karell et j'éleve des volailles, des veaux et des bœufs.

Au pied des Monts de Gy, mes volailles grandissent dans un environnement sain, sauvage et profitent du plein-air toute l'année.

Mes animaux sont élevés dans le plus strict respect du rythme de leur croissance, avec des aliments naturels.

Vous pouvez choisir de commander des colis de viande de volaille ou de bœuf plusieurs fois dans l'année (voir calendrier des livraisons et tarifs à la fin du guide).



## Frédéric Lacroix

### Miel

Mes abeilles butinent dans une zone protégée à Amagney dans le Doubs, et également dans le Haut Doubs vers Levier et Salins pour les miels de montagne et sapin.

Elles bénéficient de ruches non traitées chimiquement, selon les principes d'une agriculture biologique et paysanne.

Le miel est extrait à froid, pour préserver toutes ses qualités nutritionnelles et aromatiques, puis conditionné de manière artisanale.

Vous pouvez commander mes différents miels ainsi que des pains d'épices et nougats plusieurs fois dans l'année (voir calendrier des livraisons et tarifs à la fin du guide).



## Simplicité plantes

### Tisanes, macérats, alcoolatures

Je m'appelle Vincent Lecomte et suis installé depuis 2022. L'ensemble des parcelles que je cultive sont en agriculture biologique, cultivées sans produit chimique et **dans le respect du vivant !**

Une partie des plantes sont cultivées au **jardin de la Charité**, les autres sont cueillies sur les **collines bisontines et à la forêt de Chailluz**. Je suis extrêmement attentif à l'impact de mes cueillettes et j'ai signé une convention avec la Ville de Besançon à travers laquelle j'affirme mon intention de préserver ces écosystèmes, grâce à une pratique de **cueillette durable**.

Je vous propose différentes tisanes, alcoolatures, macérats et hydrolats que vous pourrez commander deux fois dans la saison (voir calendrier des livraisons et tarifs à la fin du guide).



## Les vignes à Fanfan

### Vin

Sur les coteaux de la Haute Vallée de la Loue, je cultive des cépages classiques de l'Est de la France comme le Chardonnay, le Gamaret et le Pinot noir ou bien plus jurassien comme le Trousseau ou encore alsacien comme le Pinot Auxerrois.

La vinification est faite dans l'objectif d'un produit le plus sain possible, en laissant faire les fermentations naturellement et en n'ajoutant aucun intrant hormis un chouïa de sulfites ! J'entretiens mes vignes avec simplicité et conscience écologique, avec l'introduction de moutons à l'automne pour "nettoyer" la pousse d'herbe de fin saison.

Vous pouvez choisir de commander un ou plusieurs vins plusieurs fois dans la saison (voir calendrier et tarifs en fin de guide).



## Bières Ney

### Bière

Je m'appelle Antoine Ney et je me suis installé en micro-brasserie dans mon village natal de Bucey lès Gy.

J'y produis des bières aux inspirations irlandaises, allemandes ....souvent avec des touches fruitées, mais aussi plus classiques comme la bière blanche, brune, ambrée au miel...Des bières typées, uniques et surprenantes autant que peuvent l'être les étiquettes de chaque bouteille !!

Vous pouvez choisir de commander une ou plusieurs bières plusieurs fois dans la saison (voir calendrier et tarifs en fin de guide).



## Le champ des gourmands

### Glaces

Nous sommes **Sorya et Rémy**, artisans glaciers bio installés à **Roulans (Doubs)** depuis 2023.

Nous proposons une gamme de **sorbets artisanaux** élaborés à partir de fruits cultivés directement sur notre exploitation : mûre, groseille, cassis, framboise, fraise, myrtille, citron, et rhubarbe.

De la culture des fruits à la fabrication des glaces, tout est réalisé sur place, dans le respect de l'agriculture biologique.

Côté transformation, **Sorya met à profit plusieurs années d'expérience chez des glaciers italiens**, ce qui garantit une qualité artisanale et un savoir-faire unique.

Nous développons aussi de nouveaux produits : **confitures, sirops, nectars, entremets et bûches glacées**.

Vous pouvez choisir de commander une ou plusieurs fois dans la saison (voir calendrier et tarifs en fin de guide).



### Tarifs et livraisons 2026/2027

#### Légumes :

### Contrat à souscrire via Clic Amap

Petit panier (1 à 2 personnes) : 14€ jusqu'au 15/10 puis 12€  
Grand panier (3 à 4 personnes) : 22€ jusqu'au 15/10 puis 20€  
Engagement obligatoire sur toute la saison  
Livraison toutes les semaines  
Un ou plusieurs chèques à établir pour la saison

## Fromage de chèvre

### Contrat à souscrire via Clic Amap

Faisselle (lait de chèvre) 4€  
Yaourt (lait de chèvre) 4,5€  
Fromage frais, mi-affiné, affiné, cendré, tournant (1 fromage différent à chaque fois ou selon la production) 3€  
Engagement obligatoire sur toute la saison  
Livraison une semaine sur 2  
Un ou plusieurs chèques à établir pour la saison

## Œufs Le GAEC de la Terre Ferme

### Contrat à souscrire via Clic Amap

Boite de 6 œufs : 3€  
Possibilité de commander plusieurs boites  
Engagement obligatoire sur toute la saison  
Livraison une semaine sur 2/ semaines paires  
Un ou plusieurs chèques à établir pour la saison

## Œufs ferme de Barband

### Contrat à souscrire via Clic Amap

Boite de 6 œufs : 3,50€ (tarif supérieur lié aux frais de livraison)  
Possibilité de commander plusieurs boites  
Engagement obligatoire sur toute la saison  
Livraison une semaine sur 2/ semaines impaires  
Un ou plusieurs chèques à établir pour la saison

## Porc et agneau

### Contrat à souscrire via Clic Amap

A commander à la signature du contrat.  
Règlement en un ou plusieurs chèques.  
**Informations sur les dates de livraison et les tarifs :**



	jeudi	Livraison 1	Livraison 2	Livraison 3	Livraison 4
		2026	2026	2026	2027
		11/06/2026	10/09 2026	10/12/2026	11/03/2027
<b>Miel AB 500g</b> ( fleurs, forêts, ronce, montagne, tilleul, etc) au choix selon production	8,00 €				
<b>Miel AB 1kg</b> ( fleurs, forêts, ronce, montagne, tilleul etc ) au choix selon production	14,50 €				
<b>Miel de Sapin AB</b> (type miellat) 500g	9,90 €				
<b>Miel de Sapin AB</b> (type miellat) 1kg	19,00 €				
<b>Miel d'Acacia AB</b> 500g	9,00 €				
<b>Miel d'Acacia AB</b> 1kg	17,50 €				
<b>Caramel au miel AB</b> Barre de 70g	2,50 €				
<b>Nougat Blanc AB</b> Barre de 100g	5,50 €				
<b>Nougat Noir AB</b> Barre de 100g	5,50 €				
<b>Gros Pain d'épices à l'orange AB</b> la Pièce de 480g	8,90 €				
<b>Gros Pain d'épices Nature AB</b> la Pièce de 480g	8,00 €				
<b>Petit Pain d'épices à l'orange AB</b> la Pièce de 240g	5,50 €				
<b>Petit Pain d'épices Nature AB</b> la Pièce de 240g	4,90 €				

## Fruits

[Commandes régulières, hors logiciel de gestion Clic amap](#)

Tarifs variables en fonction des différents types de fruits.

Commande possible chaque semaine en fonction des propositions du producteur.

Règlement par chèque virement en fin de mois.

## Pain

[Commandes régulières, hors logiciel de gestion Clic amap](#)

A commander avant le mardi minuit pour une livraison le jeudi.

Règlement par chèque ou virement à la fin de chaque mois.

Baguette au levain - 300 g	1,80 €
Brioche individuelle	1,60 €
Brioche tressée	6,00 €
Cookies - 50 g	1,60 €
Pain complet - 1 kg	5,80 €
Pain complet - 500 g	2,90 €
Pain de campagne - 1 kg	5,80 €
Pain de campagne - 500 g	2,90 €
Pain Engrain (petit épeautre) - 500 g	4,80 €
Pain Epeautre (grand épeautre) - 500 g	3,60 €
Pain sarrasin - 500 g	4,80 €
Pain semi-complet - 1kg	5,80 €
Pain semi-complet - 500 g	2,90 €
Pain spécial au Comté - 250 g	3,00 €

Pain spécial au Comté - 500 g	6,00 €
Pain spécial aux lardons oignons - 500 g	8,00 €
Petit pain de mie	2,40
Grand pain de mie	4

## Tisanes

Commandes ponctuelles, hors logiciel de gestion Clic amap

Informations à venir sur les dates de livraison et les tarifs

## Volaille, veau, bœuf

Commandes ponctuelles, hors logiciel de gestion Clic amap

Informations à venir sur les dates de livraison et les tarifs

## Vin

Commandes ponctuelles, hors logiciel de gestion Clic amap

Informations sur les dates de livraison :

21/05/2026

20/08/2026

19/11/2026

18/02/2026

## Bières

Commandes ponctuelles, hors logiciel de gestion Clic amap

Informations sur les dates de livraison :

21/05/2026

20/08/2026

19/11/2026

18/02/2026

## Glaces

Commandes ponctuelles, hors logiciel de gestion Clic amap

Informations à venir sur les dates de livraison et les tarifs

**A bientôt !!!**

