

 Sud de France

GRATUIT

# Le goût d'ici

N°5 – HIVER 2018

AVEYRON  
**MAISON PAPILLON**  
3<sup>E</sup> GÉNÉRATION

AUDE  
**AOC MALEPÈRE**

WEEK-END À  
**TOULOUSE**

ARIÈGE  
**SÈVE DE BOULEAU?**  
LA DÉTOX BIO

*Le gâteau à la broche*  
IMPÉRIAL!



UNE CURE DE TROIS SEMAINES  
AU MOIS DE MARS AIDE  
À RECHARGER LES BATTERIES  
APRÈS L'HIVER



## UNE CURE « DÉTOX » DE SÈVE DE BOULEAU BIO

Dans l'Ariège, Christine et Jean-Louis Savignol commercialisent, pour la troisième année consécutive, de la sève de bouleau bio récoltée dans les bois de leur élevage de chevaux de Mérens, à 600 mètres d'altitude. Leur produit possède également le label Sud de France, garantissant l'origine Occitanie, et le label « Parc naturel régional des Pyrénées ariégeoises. »



### Contact et commandes

Ariège Sève de Bouleau Bio  
Tél : 07 84 46 96 85  
[www.seve-bouleau.fr](http://www.seve-bouleau.fr)  
[info@seve-bouleau.fr](mailto:info@seve-bouleau.fr)

La sève de bouleau est connue en Europe occidentale depuis le Moyen Âge pour ses vertus.

Elle possède un effet diurétique et drainant qui facilite l'élimination des déchets de l'organisme. Elle est riche en oligo-éléments et en minéraux (magnésium, lithium, silicium, potassium, calcium, phosphore, vitamine C, sélénium) qui lui confèrent des propriétés anti-inflammatoires et anti-oxydantes : cette sève préserverait notamment les cellules de la peau du vieillissement prématuré.

Jean-Louis Savignol témoigne de son expérience : « Avant de nous lancer dans la production, nous avons commencé à faire des cures de sève de bouleau, nous en donnions aussi à nos copains. Nous avons rapidement constaté les effets sur nous, notamment le côté revitalisant, stimulateur d'énergie. »

### UNE DEMANDE CROISSANTE

Déjà largement utilisée dans les pays du Nord et de l'Est, la sève de bouleau séduit de plus en plus de consommateurs français.

« Une cure de trois semaines au mois de mars aide à recharger les batteries après l'hiver », explique le producteur ariégeois. « Il est recommandé de boire 25 cl à jeun tous les matins pendant 21 jours. Le liquide n'a pas de goût, c'est comme de l'eau. Les résultats commencent à se faire sentir au bout d'une semaine. »

Dans l'Ariège, la récolte commence autour du 20 février et dure jusqu'au 10 avril environ. « Nous prélevons la sève fraîche le matin, elle est livrée le lendemain chez le client », précise Jean-Louis. « Mais d'une année sur l'autre, nous ne sommes pas sûrs de la quantité que nous allons récolter. » M. Savignol encourage donc les personnes intéressées à passer commande sur le site internet avant le début de la récolte pour s'assurer d'être livrées à partir de fin février 2019. « La plupart des gens font une deuxième cure de trois semaines en octobre, mais les arbres ne donnent de la sève qu'au début du printemps. Donc nous pasteurisons la sève récoltée en avril : on peut en commander toute l'année et elle a les mêmes qualités. »



Christine et Jean-Louis Savignol ont aussi créé une gamme pour les chats et les chevaux : la sève de bouleau les rendrait plus alertes, toniques et dynamiques et serait particulièrement recommandée pour les animaux âgés, apathiques, malades ou convalescents.