

L'ATELIER D'HELZIO

# Catalogue 2024



**SASU L'ATELIER D'HELZIO**  
**MIN DE REZE, 44400**  
**06 95 09 36 21**

# Présentation



Nous sommes partis du constat que nous mangions trop sucré, trop salé, trop gras, trop de mauvaises choses et pas assez de bonnes !

Nous trouvons dans le commerce des produits Bio, sans gluten, végétal, etc.

Mais des produits avec moins de sucre, sans sel ajouté, sans sel nitrité, sans colorant, sans adjuvant divers, non ! Alors, nous avons eu envie de les réaliser nous-mêmes et de créer l'Atelier d'Helzio.

Vous trouverez dans notre épicerie :

- Des mélanges de fruits secs
- Des mélanges de céréales pour vos petits-déjeuners
- Des préparations pour réaliser chez soi des gâteaux, crèmes et glaces avec moins de sucre et plus de goût
- Des préparations salées pour réaliser des risottos, quinottos, minestrone
- Des produits d'épicerie fine soigneusement sélectionnés

Nous avons à cœur de vous faire partager nos produits sains, simples et qui ont du goût pour un plaisir toujours garanti !



# L'ÉQUIPE

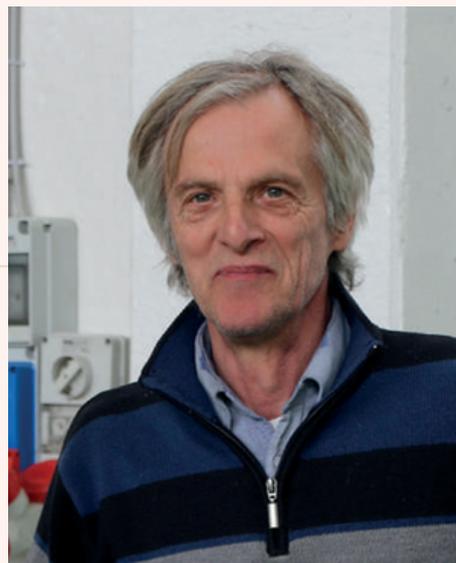


## Hélène

Notre créatrice, amoureuse des bons produits simples, elle parcourt le monde de son fauteuil ou à pied pour dénicher de nouvelles recettes. Après une expérience de 25 ans en Industrie agro-alimentaire, elle crée l'Atelier d'Helzio en 2018. Elle n'a de cesse depuis de faire partager ses produits pour toujours plus de plaisir.

## Ezio

Notre « Mac Gyver » de la mécanique qui adore réaliser des machines. C'est dans sa petite unité de fabrication près de Cuneo, dans le Piémont, que Ezio "travaille" la noisette grâce à des machines et des procédés qu'il a lui même mis au point. Il a créé sa meule de pierre pour réaliser sa pâte de noisette.

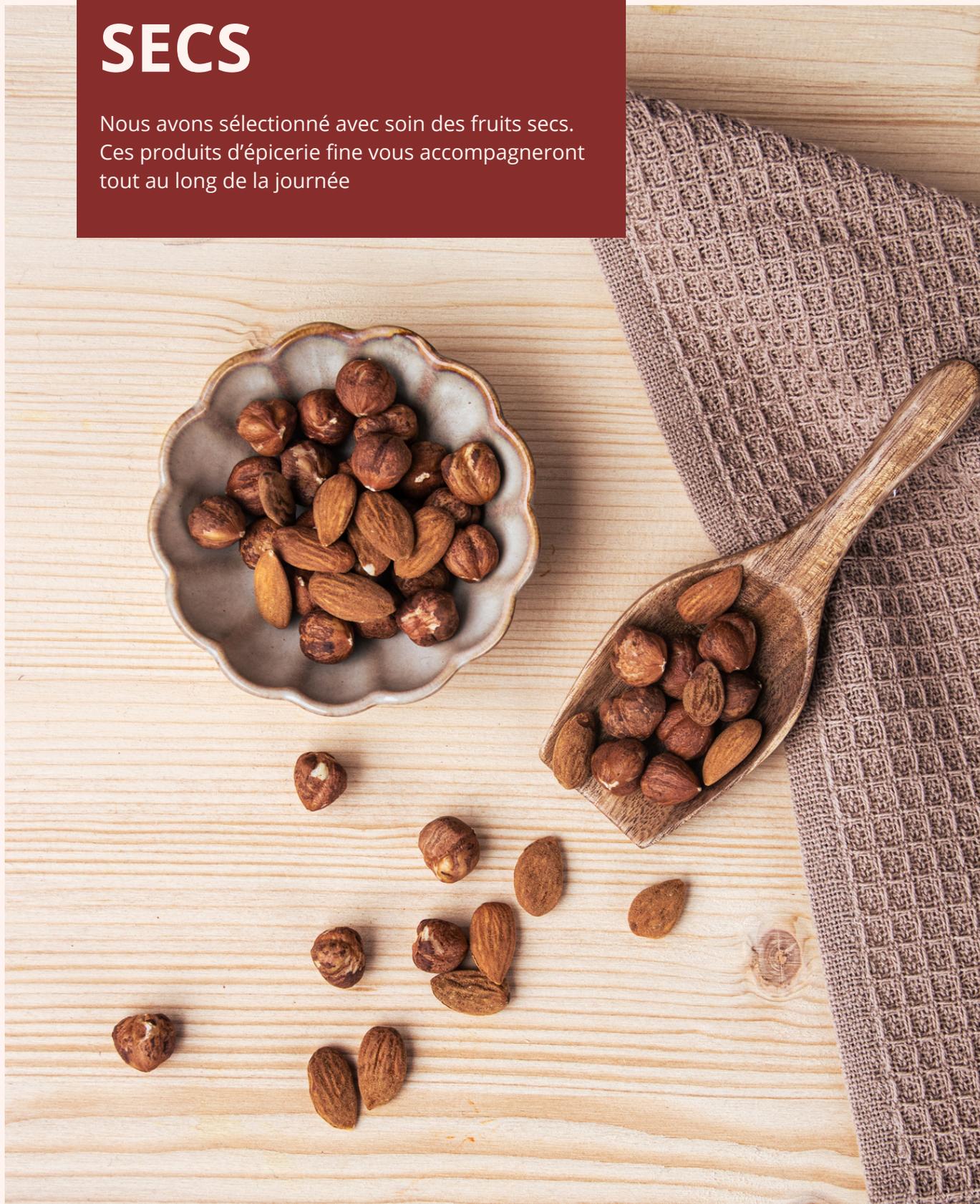


Vous l'aurez compris, Helzio c'est la fusion de HELène et eZIO, un partenariat constructif avec un partage des mêmes valeurs

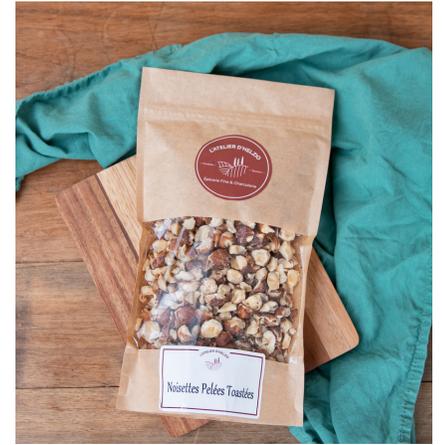
# LES FRUITS

## SECS

Nous avons sélectionné avec soin des fruits secs.  
Ces produits d'épicerie fine vous accompagneront  
tout au long de la journée



# Les Noisettes



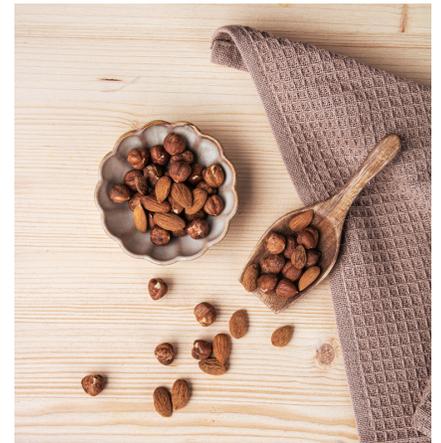
Les noisettes proviennent du Piémont, région réputée d'Italie pour sa production de noisettes. Le climat y est favorable à sa culture. Elles sont reconnaissables à leurs formes généreuses arrondies et à leur goût unique. L'origine de nos noisettes est garantie IGP. La noisette est riche en lipides, en protéines et en fibres et pauvre en sucre. Elle est source de magnésium, calcium, fer et de vitamines E, B5, B6 et B9.

Les noisettes sont à déguster nature à l'apéritif, au petit déjeuner ou au goûter et peuvent également être utilisées en cuisine dans les gâteaux, les pâtés ou pour les décors.

Retrouvez-la dans tous ses états :

- Noisettes en poudre
- Noisettes en éclats
- Noisettes en morceaux
- Noisettes entières
- Noisettes pelées toastées
- Pâte de noisette

# Les Amandes



Nos amandes sont cultivées en Italie dans la région des Pouilles (région qui se trouve dans le talon de la botte italienne). C'est une belle région ! On y trouve des cités médiévales et baroques, des plages splendides aux eaux turquoise et bien entendu des amandiers. L'Amande est naturellement sans gluten, riche en protéines et en fibre et pauvre en sucres. Elle est riche également en acide oléique (mono-insaturé), acide linoléique (polyinsaturé, oméga 6), acide palmitique (saturé), en minéraux : potassium, phosphore, calcium, magnésium, fer, sodium, zinc, cuivre et en vitamine E (tocophérols).

Retrouvez-la dans tous ses états :

- Amande complète en poudre
- Amande blanche en poudre
- Amandes en morceaux
- Amandes entières
- Amandes entières toastées

# Les Mélanges



Nous avons sélectionné divers fruits secs et à coque et réalisons ces mélanges pour toutes vos occasions. Du petit-déjeuner à l'apéritif en passant par le goûter, ces mélanges vous accompagnent tout au long de la journée pour faire une pause gourmande.

Et pour nos sportifs, des mélanges coup de pouce ou peps à déguster avant et après l'effort.

- Mélange « Deux fruits » : Amandes et noisettes
- Mélange « Les mendiants » : Amandes, noisettes et raisins secs
- Mélange « Le coup de pouce » : Amandes, noisettes, raisins secs et écorces d'orange
- Mélange « Peps » : Amandes, noisettes, raisins secs et baies de Goji

# LES PRÉPARATIONS SUCREES

Vous trouverez ici une sélection de préparations pour vos desserts (gâteaux, glaces, crèmes...) composées de produits issus de l'agriculture biologique ou d'origine contrôlée et préparées avec moins de sucre, sans sel ajouté, sans conservateur ni colorant.



# Les Préparations Sucrées

Une envie de gâteau ? Suivez la recette au dos du paquet, ajoutez les œufs et le beurre et voilà votre gâteau réalisé en un tour de main, prêt à être dégusté.



**Préparation pour Brownie à la noisette du Piémont**



**Préparation pour Cake Choco - Noisettes**



**Préparation pour Cookies Amandes & Noisettes**



**Préparation pour Cookies Choco - Noisettes**



**Préparation pour Gâteau Amandes - Noisettes**



**Préparation pour Moelleux au chocolat noir**



**Préparation pour le Start'in au chocolat (fruits secs et chocolat)**



**Préparation pour le Start'in aux fruits secs**



**Préparation pour le Take Away (chocolat et fruits secs)**

# Les Préparations Sucrées



**Préparation pour le  
Noisetier d'Helzio**



**Préparation pour les Petits  
sablés à la Noisette**



**Préparation pour les  
Financiers aux Noisettes**



**Préparation pour les barres  
de céréales au chocolat**



**Préparation pour Moelleux  
aux Amandes**



**Préparation pour Gâteau  
Orange - Cannelle  
- Noël d'Helzio -**



**Préparation pour Riz au lait  
au chocolat**

# Les Préparations pour Glaces

Avec ou sans sorbetière, réalisez une glace rapidement grâce à nos préparations.



**Préparation pour Glace  
à la noisette et  
pépites de chocolat**



**Préparation pour Glace  
à la noisette et  
éclats de noisette**



**Préparation pour Glace  
à la noisette**

# Les Préparations pour Crème

Délayez notre préparation pour crème dans une crème anglaise sans sucre et obtenez un délicieux dessert à la noisette.



**Préparation pour Crème  
Pralinée**

# LES PÂTES À TARTINER

Des pâtes à tartiner faites comme à la maison,  
sans huile de palme, que de la noisette, du  
chocolat noir, du miel...

Toujours sans colorant, ni conservateur !



# Les Délices



**Le Délice d'Helzio**



**Mon Délice Noisette**

Mon Délice Noisette est une pâte à tartiner faite comme à la maison ! Elle contient 30% de noisette du Piémont et du chocolat noir à 50% de cacao (existe aussi en chocolat blanc).

Le Délice d'Helzio contient 80% de noisette du Piémont et du sucre de canne. Nos pâtes à tartiner sont garantie sans huile de palme, sans huile de tournesol, sans colorant ni conservateur.

Avec leur bon goût de noisette, on les aime forcément !

# Les Tartinables



**Miel - Noisette**

Notre Miel noisette est le résultat de l'alliance subtile entre notre pâte de noisette et le Miel de printemps récolté par Michel notre apiculteur qui chouchoute ses abeilles près du Mont Saint Michel.



**Crème de Caramel aux éclats de Noisettes grillées du Piémont et à la fleur de sel de Guérande**

Encore un exemple de mariage gourmand entre une recette bretonne de Caramel et des éclats de noisettes du Piémont.



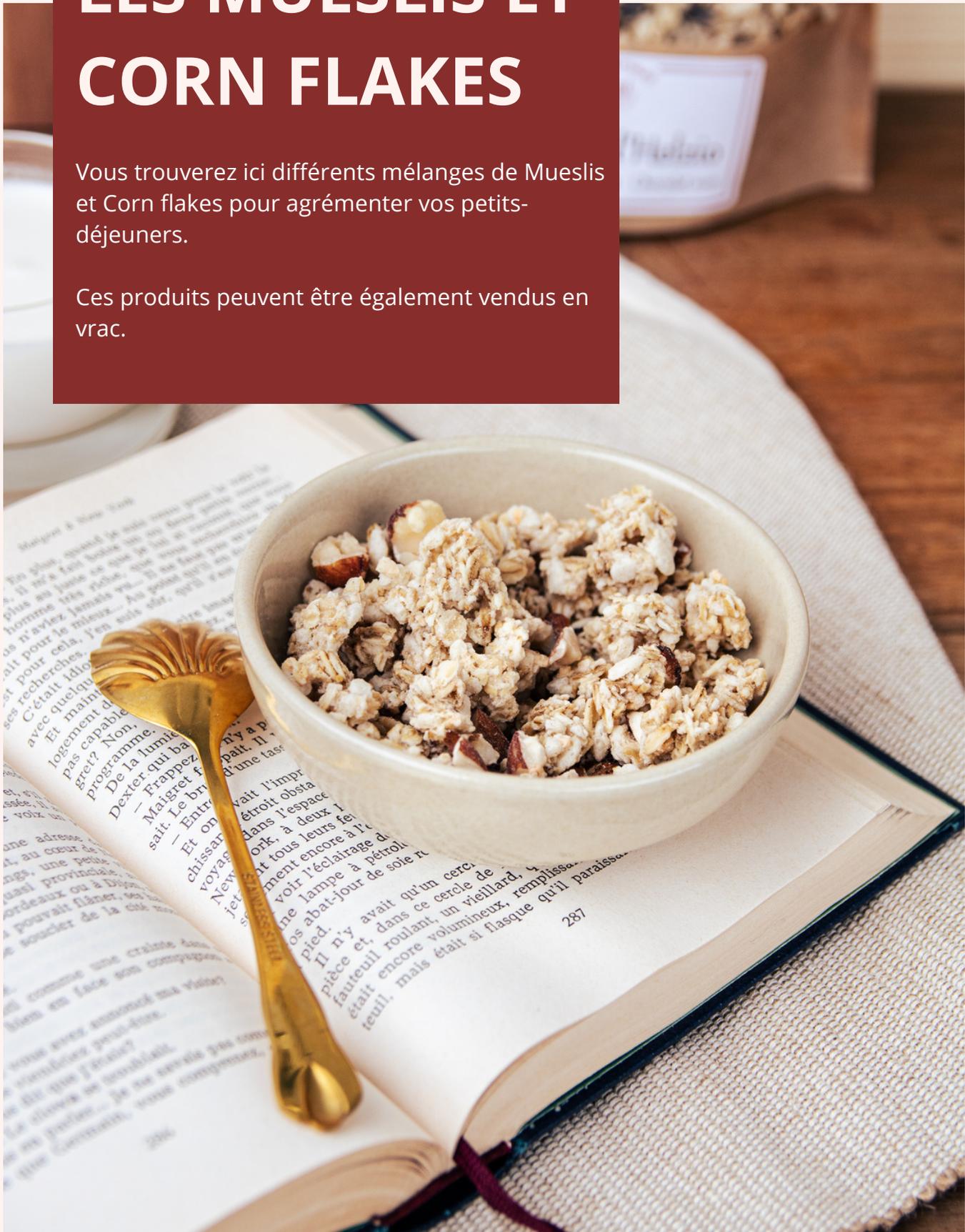
**Pâte de Noisette du Piémont**

Les noisettes sont toastées, débarrassées de leur peau et broyées à la meule de pierre. Elles développent ainsi tous leurs arômes

# LES MUESLIS ET CORN FLAKES

Vous trouverez ici différents mélanges de Mueslis et Corn flakes pour agrémenter vos petits-déjeuners.

Ces produits peuvent être également vendus en vrac.



# Les Mueslis...



**Muesli d'Helzio**  
Amandes, Noisettes et  
chocolat noir



**Muesli Pomme - Cannelle**



**Muesli Orange - Chocolat**



**Muesli Super Fruits**  
Baie de goji, raisins secs,  
noisettes et oranges confites



**Muesli Nature**

# ...et Corn Flakes



**Corn Flakes Nature**

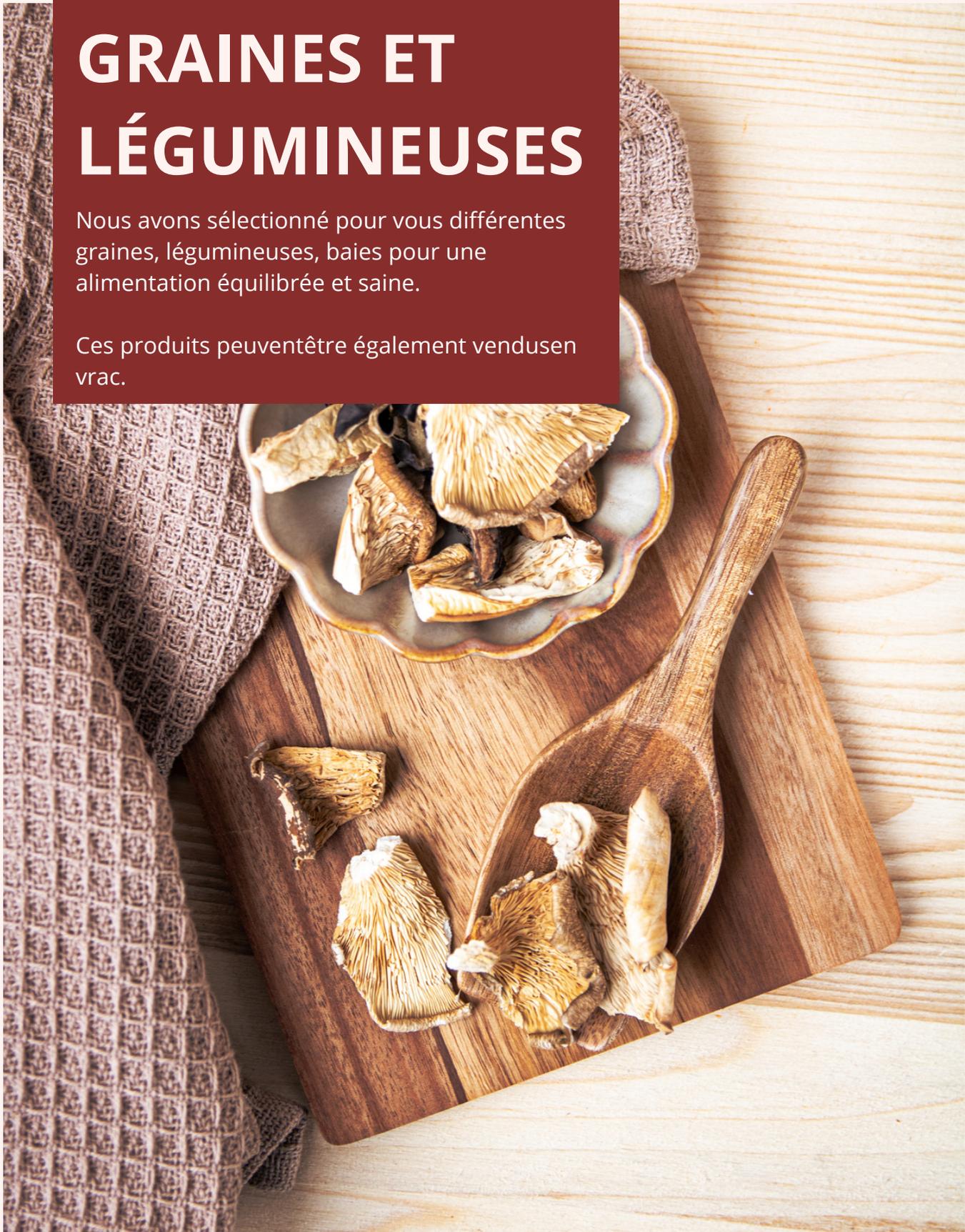


**Corn Flakes d'Helzio**  
Amandes, Noisettes et  
Chocolat noir

# LÉGUMES SECS, GRAINES ET LÉGUMINEUSES

Nous avons sélectionné pour vous différentes graines, légumineuses, baies pour une alimentation équilibrée et saine.

Ces produits peuvent être également vendus en vrac.



# Les Légumes secs



**Baies de Goji**



**Cèpes**



**Graines de Chia**



**Lentilles corail**



**Pois cassés**



**Pois chiche**

Nos légumes secs proviennent de cultures françaises

# LES RIZ

Nous avons sélectionné pour votre plus grand plaisir différents riz d'Italie et de Camargue : blanc, demi-complet, complet, noir...

A vous de choisir !

Ces produits peuvent être également vendus en vrac.



# Les Riz de...

## Camargue



**Riz long de Camargue Blanc**



**Riz long de Camargue Semi-complet**



**Riz long de Camargue Complet**



**Riz long de Camargue Rouge**



**Riz long de Camargue Noir**



**Trio de riz de Camargue**

## d'Italie



**Riz rond Blanc**



**Riz rond semi-complet**



**Riz rond complet**

# LES PREPARATIONS SALEES

Vous trouverez ici des préparations à base de riz, de quinoa et de légumineuses qui vous permettront de préparer des risotto, des quinotto, mélo de riz que vous pourrez déguster seuls ou en y ajoutant d'autres ingrédients (viande, crevettes, chorizo, légumes...)



# Les Préparations salées

Pas le temps de mijoter un plat ? Laissez vous guider par les recettes simples et faciles élaborées pour vous faciliter le quotidien. A déguster seules ou en y ajoutant des ingrédients (viande, poissons, légumes, fromage, charcuterie...) pour le plus grand plaisir des petits et des grands.



**Minestrone del Contadino**  
Orge - Lentille Corail -  
Noisette



**Mélo de Riz**  
Riz de Camargue - Lentille corail  
- Noisette



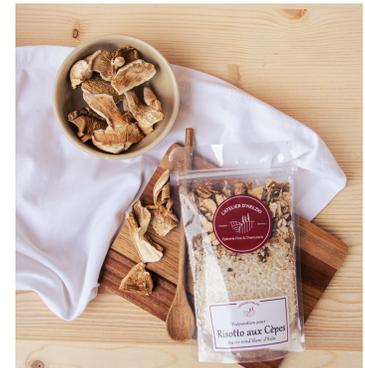
**Risotto d'Helzio**  
Riz rond - Noisette



**Quinotto aux cèpes**



**Quinotto aux cèpes et aux  
noisettes**



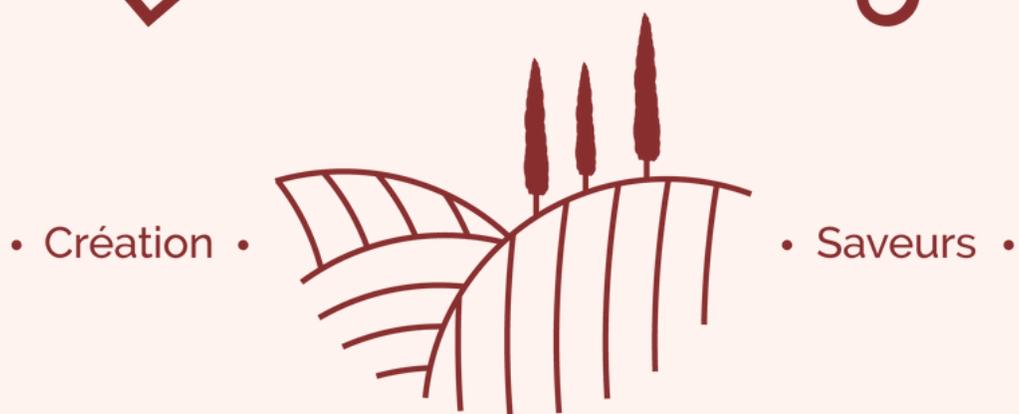
**Risotto aux cèpes**

# LES COFFRETS GOURMANDS

Vous désirez proposer des coffrets cadeaux à vos clients et vous n'avez pas le temps de les faire ? Nous les réalisons pour vous. A partir d'un budget et des produits que vous désirez proposer, nous réalisons vos coffrets et les emballons dans du film transparent.



# L'ATELIER D'HELZIO



Hélène Letissier  
SASU L'Atelier D'Helzio MIN De Rezé, 44400

06 95 09 36 21

<https://www.atelier-dhelzio.fr>

Retrouvez-nous sur :

