

Retrouvez mes produits dans les lieux suivants :

- Chambre d'hôtes "Le Moulin de Crupies", 26460 Crupies
- Chambre d'hôtes "Les nuits du Taris", 26460 Bourdeaux
- Herboristerie "Au Nom des Plantes", 26400 Crest
- Gîte "Le Mokuso", 26400 Allex
- Gîte "Au bout du chemin", 26460 Bourdeaux
- Magasin d'artisans et de producteurs, "La Traverse", 26400 Saoû
- Magasin bio "La Vie Claire", Cours Berriat, 3800 Grenoble
- Magasin bio "L'Étincelle", 26400 Crest
- Magasin de producteurs "L'Escal Paysanne", 07800 La Voulte-sur-Rhône
- Magasin de producteurs "Le Court Bouillon", 26340 Saillans
- Magasin de produits locaux "La ferme du Bachas", 26460 Bouvières

Sur internet :

- <https://lessensdenosval.directproducteur.com>
- <https://lagrandetablee.fr>, taper dans le moteur de recherche : "Les Sens de nos Vallées »

Également sur les marchés et foires suivantes :

- le vendredi : marché de Dieulefit
- ainsi que sur, la foire aux plantes rare de Sérignan du Comtat (84), la fête du Picodon de Saoû (26), la fête du Picodon de Dieulefit (26), la foire bio de l'Albenc (38), la foire au fruits d'hiver de Saoû (26), le salon Tatoo juste de Saint Etienne (42), salon des thérapies naturelles Morges (Suisse), salon mieux vivre de Fribourg (Suisse)

Mais aussi à la ferme sur RDV

Vous pouvez également **me passer commande** par mail ou par téléphone. Les frais d'envois sont ceux de la poste en fonction du poids du colis.

Pour me contacter :

Renaud GAMBUS, Quartier Fauroux, 26 460 Crupies - Drôme-
Tél. : 04 75 46 56 40 / Port. : 06 12 82 83 77
Mél : renaudg26@hotmail.com



Renaud Gambus

Les Sens de nos Vallées

Cueilleur-Producteur-Transformateur Huiles essentielles, hydrolats, sirops, savons

Relier nos sens et les Sens de nos Vallées

Installé au cœur des montagnes drômoises et animé par l'envie de partager avec vous les richesses floristiques de mon territoire, j'exerce cette activité depuis 2012. Dans ce but, je mets en valeur, aujourd'hui, plus d'une vingtaine de plantes sous formes d'huiles essentielles, d'hydrolats ou eaux florales, sirops, macérats huileux, tisanes, savons et pétillant de sureau. Pour cela je ramasse une grande partie des plantes en milieu naturel et à l'écart des zones polluées, dans un esprit de respect des lieux, et j'en cultive certaines sur des parcelles de petites tailles en accordant une bienveillance à l'équilibre des sols. Situé entre climats montagnard et méditerranéen, la nature m'offre une grande diversité de plantes,

Ma production est certifiée **Agriculture Biologique** mais ma pratique va bien au delà de ce cahier des charges puisque je suis attentif au calendrier biodynamique et fais attention à mon impact sur l'environnement. Ainsi mes sites cueillettes sont quasiment tous situés à moins de 20 minutes de voitures. Mes trajets sont optimisés. Les plastiques d'emballages utilisés par mes fournisseurs pour la livraison des flacons vides sont réemployés pour protéger le contenu des colis envoyés, etc ...

La qualité de mes produits ne cherche pas à répondre à des normes, elle se situe dans l'attention que je porte au traitement des plantes et dans la diversité énergétique qui bouillonne en elle.

Et maintenant, je vous souhaite un bon voyage au cœur de cette vallée de saveurs et de senteurs dans laquelle bien être et plaisir sont les maîtres mots



Productions et Tarifs 2020

Qu'est-ce qu'un hydrolat ?

> Huiles essentielles et hydrolats :

	Huiles essentielles			Hydrolats	
	5 ml	10 ml	30 ml	250 ml	1000 ml
Achillée millefeuille <i>Achillea millefolium</i>	2ml 14€			6 €	16 €
Camomille des champs <i>Anthemis arvensis</i>				6 €	16 €
Carotte sauvage <i>Daucus carota</i>	13,5 €			6 € Flacon bleu spray 200ml : 7,5€	16 €
Cyprès vert <i>Cupressus sempervirens</i>	5,5 €	9 €		5,5 €	15 €
Genévrier commun <i>Juniperus communis</i>	7 €	12 €		5,5 €	15 €
Grande ortie <i>Urtica dioica</i>				6 €	16 €
Laurier noble <i>Laurus nobilis</i>	9,5			5,5 €	15 €
Lavande aspic sauvage <i>Lavandula latifolia</i>	6 €	10 €		5,5 €	15 €
Lavande fine sauvage <i>Lavandula angustifolia</i>	6 €	10 €	24 €	5,5 € Flacon bleu spray 200ml : 7€	15 €
Lavandin super <i>Lavandula x burnatii</i>		5 €	12 € 250ml : 40 €	5,5 €	15 €
Métilot <i>Métilotus officinalis</i>				6 €	16 €
Mélicie <i>Melissa officinalis</i>	2ml 20€			6 €	16 €
Menthe poivrée <i>Mentha x piperita</i>	7 €	12 €		5,5 €	15 €
Millepertuis <i>Hypericum perforatum</i>				6 €	16 €
Pin sylvestre <i>Pinus sylvestris</i>	5,5 €	9 €		5,5 €	15 €
Romarin à camphre <i>Rosmarinus officinalis</i>	7 €			5,5 €	15 €
Rose <i>Rosa gallica, damascena, canina</i>				Flacon bleu spray 200ml : 8,5€	
Sauge sclérée <i>Salvia sclarea</i>	9,5 €			6 €	16 €
Sauge officinale <i>Salvia officinalis</i>				6 €	16 €
Tilleul <i>Tilia x europaeae</i>				6 €	16 €
Thym doux sauvage linalol <i>Thymus vulgaris</i>	9,5 €	17 €		6 €	16 €
Citronnelle de Java (production externe) <i>Cymbopogon winterianus</i>	5,5 €				
Basilic tropical (production externe) <i>Ocimum basilicum</i>	6 €				

Pour les hydrolats, possibilité de rajouter un spray pour 1€

> **Les Macérations huileuses** : Millepertuis, Pâquerette, Lavandin, Achillée millefeuille, Immortelle stoechade et Calendula : **7€ les 50 ml**

> **Les Savons** : A base d'huile d'olive, d'huile essentielle de lavande et d'hydrolat de laurier.
5 € les 100g, (poids variant entre 30g, 70g et 170g)

> **Les Sirops et le pétillant** : Menthe poivrée, Thym doux sauvage, Tilleul, Sureau noir (fleurs), Lavande sauvage : **4€ les 25 cl, 7€ les 50 cl**
Pétillant de Sureau : 4€ la bouteille de 50cl, 22,5€ le carton de 6 bouteilles de 25cl
5,5€ la bouteille de 75cl 31€ e carton de 6 bouteilles de 75cl

> **Les Tisanes** : Thym doux (30g), tilleul (30g), sureau (fleurs) (25g), romarin (40g), sauge officinale (20g), ronce (25g), framboisier (25g), frêne (25g), lavande (30g), laurier (20g), camomille romaine (25g) : **3,5€ le sachet** Mélanges (30g) : "hiver", "dépuratif", "cycle fém." : **5€**

Dans un alambic, pour extraire l'essence de la plante, on utilise de la vapeur d'eau qui joue le rôle de "transporteur". Lors de la phase de refroidissement, eau et essence passent de l'état gazeux à l'état liquide. L'huile essentielle étant plus légère que l'eau, elle se retrouve en surface. Par conséquent, l'eau ayant servi au transport de l'essence se place en partie inférieure. En passant dans la plante, **la vapeur d'eau se charge également en molécules aromatiques** ainsi qu'en d'autres molécules qui restent miscibles à l'eau. C'est ainsi que l'on obtient l'hydrolat appelé aussi eau florale ou quelquefois également hydrosol. En résumé, **il s'agit d'eau distillée chargée à hauteur de 2-3% en molécules aromatiques.**

L'utilisation des eaux florales était déjà fort appréciée dans l'**Égypte antique** 4000 ans avant notre ère.

Leur champ d'application est très large : **cuisine, cosmétique, thérapeutique**, etc... Dans ce dernier cas, on peut considérer que les hydrolats ont des propriétés à peu près similaires à celles des huiles essentielles mais pas tout à fait ! En effet, certaines molécules qui se trouvent dans l'un, ne se retrouvent pas dans l'autre, du fait de leurs propriétés hydrosolubles ou liposolubles. Mais, de manière générale nous parlons bien, dans les deux cas, de la même plante. Avec une certaine prudence, on pourrait dire que l'hydrolathérapie est "l'homéopathie de l'aromathérapie". Les préconisations thérapeutiques sont donc globalement les mêmes. Ce qui change surtout c'est le mode d'utilisation : **Les hydrolats peuvent être utilisés dans la durée** contrairement aux huiles essentielles qui peuvent à terme perturber le fonctionnement du foie. Ils ont peu de contre-indications (même si par précaution certaines ont été rajoutées sur les flacons que nous vendons ici). Ils peuvent se prendre **par voie orale sans aucun problème**. Et surtout, de par leur constitution en eau, ils sont **purificateurs**. Contrairement à un café, un thé ou même une tisane l'hydrolat a un effet hydratant comme l'eau pure. Les **cures** d'hydrolat sont souvent préconisées sur 20 jours à raison d'une cuillère à soupe par jour ce qui correspond à un flacon de 250 ml. De nombreux traitements qui visent un **but énergétique** ou **psycho-émotionnel**, s'effectuent toutefois sur une durée de 40 jours.

Pour en savoir plus, je vous renvoie aux excellents ouvrages de Patrica Dalmas : "**Guide des eaux florales et hydrolats**", aux éditions Médecis, et de Lydia Bosson : "**L'Hydrolathérapie, Thérapie des eaux florales**" aux éditions Amyris.

Un petit mot quand même sur l'utilisation des hydrolats (HA) en cuisine en citant quelques exemples : HA de lavande avec les crèmes brûlées, HA de menthe poivrée ou de thym dans vos taboulés, HA de thym ou de laurier avec les sauces de viande, HA de carotte sauvage dans les crêpes ou les gâteaux. Bref, laissez libre court à votre imagination, vous ne serez pas déçus.

Exemples de dosage : une cuillère à soupe d'HA de carotte sauvage par louche de crêpe.

A vos fourneaux !