

RÉPERTOIRE ET FICHE PRATIQUE

Protéines végétales d'ici



OCTOBRE 2025

Équiterre^o


cgq CONCERTATION
GRAINS
QUÉBEC

TABLE DES MATIÈRES.

FICHE PRATIQUE

Pourquoi des protéines végétales d'ici?	3
Qu'est-ce qu'on cultive au Québec?	3
Trempage et cuisson	4
Recettes	5
Coût des protéines	6

RÉPERTOIRE DES PRODUITS 7

RÉPERTOIRE DES ENTREPRISES

ALIMENTATION GANI	13
ALIMENTS MERJEX	14
COOP AGROBIO	15
FERME TOURNEVENT	17
GOÛTEZ-MOI ÇA	18
HARIBEC	19
LE PRÉ RIEUR	20
LES BRUTES	21
SOYXPERT	23
NOVAQUINOA	24
QUINOA DU QUÉBEC	24
UNISOYA	25

SOUTIEN FINANCIER

Cette campagne est réalisée dans le cadre du projet Protéines végétales d'ici, qui est financé par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation dans le cadre du Programme de développement territorial et sectoriel 2023-2026, et réalisé en collaboration avec Concertation Grains Québec (CGQ).



FICHE PRATIQUE

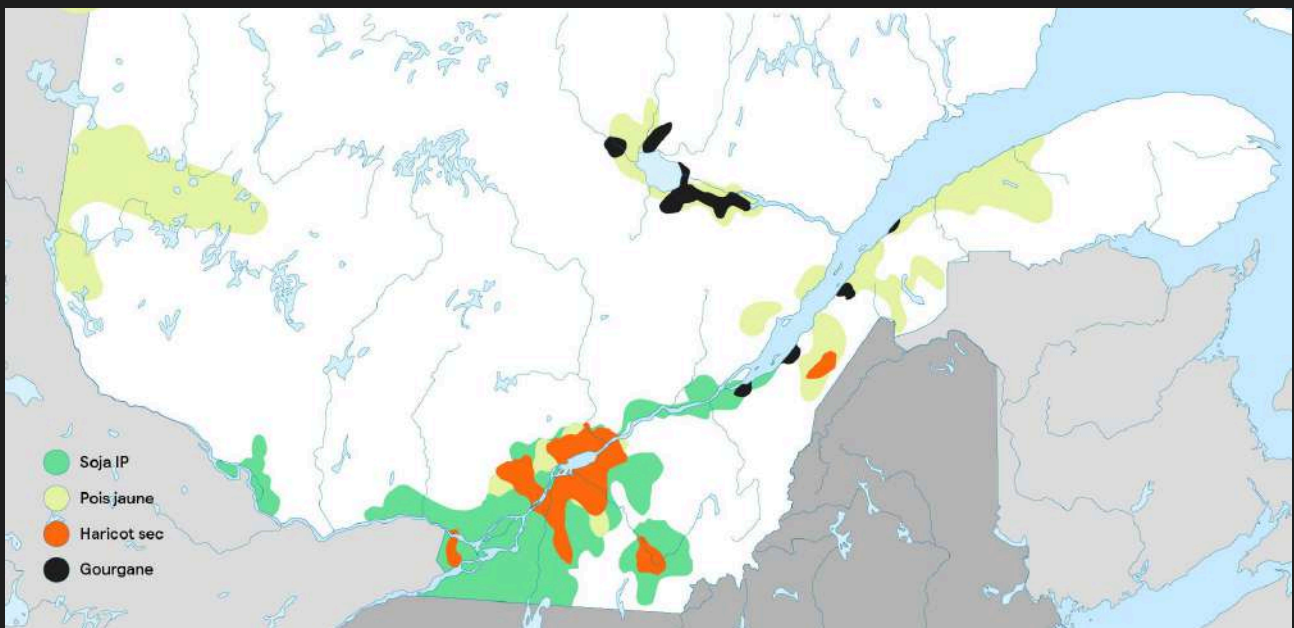
Pourquoi des protéines végétales d'ici?

La végétalisation des menus progresse au Québec, appuyée par le Guide alimentaire canadien pour ses bienfaits sur la santé tout en réduisant notre empreinte écologique. Les légumineuses et grains locaux représentent une solution économique pour nourrir les collectivités : écoles, hôpitaux, services de garde, et bien plus.

Acheter des protéines végétales d'ici en favorisant leur intégration aux circuits courts, c'est investir dans la santé, dans celle des sols agricoles et dans la vitalité de notre territoire. Ce répertoire vise à guider les services alimentaires publics et privés pour intégrer ces protéines d'avenir dans les menus.

Chaque geste d'approvisionnement renforce ainsi le lien entre champs et assiettes, entre fermes et collectivités.

Qu'est-ce qu'on cultive au Québec?



Les cultures québécoises de protéines végétales à destination humaine comprennent, par ordre d'importance, le soya d'identité préservée (ou soya IP), le haricot sec, le pois jaune, et la gourgane. Le quinoa et la lentille se sont implantés plus récemment et ne représentent pas des surfaces suffisantes pour figurer sur cette carte.

Le soya et le haricot sec sont cultivés dans les régions centrales, tandis que le pois jaune et la gourgane se trouvent surtout dans les régions périphériques. Ensemble, ces cultures ouvrent la voie à des systèmes alimentaires plus diversifiés, résilients et adaptés aux réalités du climat québécois.

Trempage et cuisson

L'utilisation de protéines végétales peut nécessiter quelques adaptations en cuisine. Voici quelques bases culinaires pour cuisiner les légumineuses sèches et le quinoa cultivés au Québec.

TREMPAGE

Toutes les légumineuses achetées sèches nécessitent d'être rincées et inspectées pour retirer les débris qui peuvent s'être introduits lors de l'emballage. Pour le trempage, on utilise 4-5 fois le volume d'eau par rapport au volume de légumineuses. Elles vont doubler leur poids après le trempage.

CUISSON

Pour la cuisson, il est préférable de démarrer à l'eau froide pour assurer une cuisson uniforme et complète. L'acidité rallongeant la durée de cuisson, il est conseillé de prévoir un temps de cuisson plus élevé dans des sauces contenant des tomates ou du citron par exemple.

INDICATIONS DE TREMPAGE ET DE CUISSON

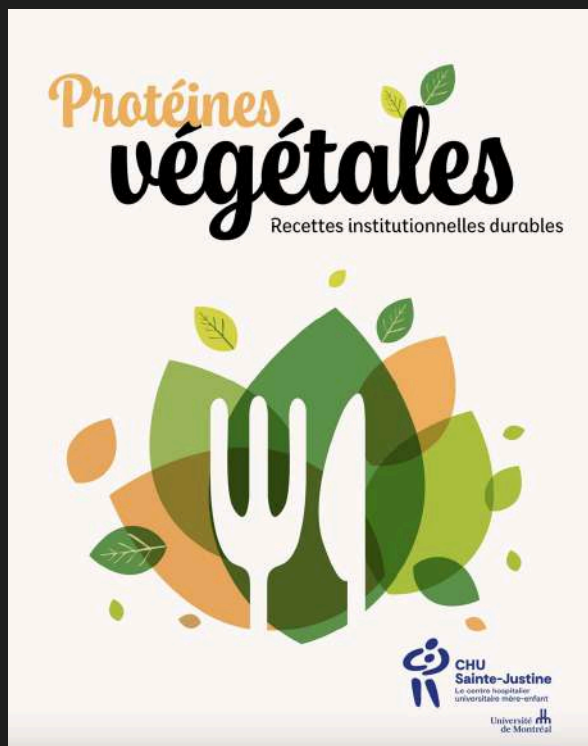
PROTÉINE VÉGÉTALE	TREMPAGE	VOLUME D'EAU POUR LA CUISSON	TEMPS DE CUISSON*
Haricot	12 h	2 pour 1	60 à 90 minutes
Pois jaune	12 h	3 pour 1	60 à 90 minutes
Pois cassé	-	2 pour 1	30 à 45 minutes
Gourgane	12 h	2 pour 1	180 minutes**
Quinoa	-	2 pour 1	15 à 20 minutes
Lentille verte	-	3 pour 1	30 à 45 minutes

*Ou jusqu'à tendreté. Plusieurs facteurs peuvent faire varier le temps de cuisson (quantité, temps de trempage, équipement de cuisson, âge des protéines végétales et recette dans laquelle elles seraient utilisées). Goûter est ainsi le meilleur indicateur de cuisson complète.

** La gourgane fraîche ne requiert aucun trempage et ne nécessite que 5 minutes de cuisson.

Recettes

De plus en plus de recueils de recettes sont disponibles pour les institutions. Ces recueils sont composés de recettes testées et appréciées dans plusieurs institutions dans le milieu de la santé du Québec, et ont toutes été adaptées à un rendement de 100 portions.



[Recettes végétariennes pour des institutions plus durables \(version 2\)](#)
CHU Sainte-Justine



[Guide des menus durables](#)
Nourrir la santé

Les protéines végétales sont diverses et polyvalentes. Elles peuvent être utilisées en entrée, en plat ou en dessert. Le rapport EAT Lancet les décrit comme un pilier du menu de santé planétaire, lui-même essentiel pour assurer un système alimentaire sain, juste et écologique. D'ailleurs, ce menu est compatible avec de nombreuses cultures, traditions et préférences individuelles.¹

¹ Rockström, J. et al. (2025). The EAT–Lancet Commission on healthy, sustainable, and just food systems. The Lancet commissions. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(25\)01201-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(25)01201-2)

Coût des protéines

COMPARATIF DU COÛT MOYEN PAR KILO DE PROTÉINE

Données du CHU Ste-Justine

TYPE DE PROTÉINE	ALIMENT (cuit)	COÛT MOYEN PAR KG (\$)*	TENEUR EN PROTÉINES (g/100g cuit)	COÛT MOYEN PAR G DE PROTÉINE (\$)
Végétale	Haricot	1,16 \$	9,34	0,11 \$
	Pois jaune	2,10 \$	8,34	0,18 \$
	Quinoa	2,54 \$	4,40	0,11 \$
	Lentille	1,10 \$	9,02	0,10 \$
	Tofu	4,92 \$	8,19	0,40 \$
	Seitan	14,50 \$	22,00	3,19 \$
	Tempeh	11,60 \$	18,19	2,11 \$
	PVT	3,95 \$	20,00	0,79 \$
Animale	Boeuf haché maigre	9,15 \$	25,93	2,37 \$
	Poulet en lanière	12,39 \$	24,22	3,00 \$
	Filet de poisson	14,56 \$	19,99	2,91 \$

*Ces données sont à titre indicatif seulement, et peuvent varier selon la marque.

Ce tableau démontre clairement que les protéines végétales peuvent engendrer des économies aux institutions. Les lentilles, les haricots, le quinoa et le pois jaune sont les protéines végétales de loin les moins chères par gramme de protéine.

Répertoire.

Découvrez les protéines végétales d'ici

Produit	Entreprises	Distinctions particulières	Formats disponibles	Distributeurs
Haricot				
Haricot sec	Coop Agrobio	Certifié bio Écocert Canada et Aliment du Québec. Haricot noir	5 kg, 10 kg, 20 kg	Vente directe
Haricot sec	Haribec	Aliment du Québec. Variétés: rose, petit noir, cranberry, navy, petit rouge, pinto, rognon rouge foncé, rognon rouge pale	sacs de 10 kg	Colabor, Maturin, GFS, Dubé & Loiselle
Seitan au haricot	L'issue Végane Maison	Produit en développement	400 g 800 g / boîte de 5 kg	Vente directe JG Rive-sud
Pois jaune				
Pois jaune entier bio	Ferme Pré Rieur	Certifié bio Ecocert Canada et Aliment du Québec bio	1 kg, 5 kg, 10 kg - vrac	Colabor, Alimentation René Pelletier Ltée, Vente directe
Pois jaune entier bio	Ferme Tournevent	Certifié bio Ecocert Canada et Aliment du Québec bio. Pois cassé possible	Format personnalisé selon spécifications (1,2,5,10 kg et plus-vrac)	Vente directe

Produit	Entreprises	Distinctions particulières	Formats disponibles	Distributeurs
Farine de pois jaune	Cuisine Soleil	Certifiée bio Ecocert Canada et Aliment du Québec Bio. Sans allergène, sans gluten, sans OGM. Certification GMP et HACCP	700 g, 20 kg, vrac	Vente directe
Farine de pois jaune	Ferme Pré rieur	Certifiée bio Ecocert Canada et Aliment du Québec	500 g, 1 kg, 5 kg, 10 kg	Colabor, Alimentation René Pelletier Ltée, Vente directe
Hummus de pois jaune	Ferme Pré Rieur	Produit en développement	En développement	Contacteur l'entreprise
Seitan au pois jaune	Goûtez-moi ça	Entier ou texturé (tranché, haché, lanière)	1.5 kg, caisse de 6 kg, vrac	Vente directe
Épaississant à base de pois jaune	Goûtez-moi ça	Versatile	500 g, 1 kg, chaudière de 5 kg	Vente directe
Bases de production	Goûtez-moi ça	Mix polyvalents	Sèches, sous-vide et surgelées	Vente directe
Burgers et boulettes tofu et pois jaune	Goûtez-moi ça	Vrac et façonnés	Vrac, IQF et sous-vide frais	Vente directe
PVT et PBT locales déshydratées et IQF	Goûtez-moi ça	En développement (disponibles en décembre 2025)	500 g, vrac, caisse de 3 kg (sec, frais et surgelé IQF)	Vente directe

Produit	Entreprises	Distinctions particulières	Formats disponibles	Distributeurs
Gourgane				
Gourgane congelée	Congèlerie Héritier	Certifiée bio Ecocert Canada, Aliment du Québec Bio	Contacteur l'entreprise	Vente directe
Farine de gourgane	Cuisine Soleil	Certifiée bio Ecocert Canada et Aliment du Québec Bio Sans gluten, sans OGM Sans allergène	700 g, 20 kg, vrac	Vente directe
Épaississant à base de gourgane	Goûtez-moi ça	Plusieurs versions disponibles	500 g, 1 kg, chaudière de 5 kg	Vente directe
Quinoa				
Quinoa entier	NovaQuinoa	Blanc, rouge, bicolore, quinoa sans saponine Bastille	10 et 20 kg	Maturin, Colabor, GFS
Quinoa entier torréfié	NovaQuinoa	Quinoa blanc au gout noisette	10 et 20 kg	Maturin
Flocons de quinoa	NovaQuinoa	Flocons sans saponine (Bastille)	10 et 20 kg	Maturin, Colabor, GFS
Farine de quinoa	NovaQuinoa	Farine sans saponine (Dutchess)	10 et 20 kg	Maturin, Colabor, GFS

Produit	Entreprises	Distinctions particulières	Formats disponibles	Distributeurs
Lentille				
Lentille béluga	Coop Agrobio	Certifiée biologique	1 kg, 2 kg, 5 kg et 20 kg	Vente directe
Lentille béluga	Ferme Tournevent	Certifiée bio Ecocert Canada et Aliment du Québec bio	Format personnalisé (1,2,5,10 kg et plus-vrac)	Vente directe
Lentille verte	Ferme Tournevent	Certifiée bio Ecocert Canada et Aliment du Québec bio	Format personnalisé (1,2,5,10 kg et plus-vrac)	Vente directe
Soya				
Tempeh Original Biologique	Aliment Merjex	Certifié biologique et Aliment du Québec Sans Gluten, sans OGM	caisse de 10 x 675 g.	Sysco, Gordon Food Service, HUB-CIBIM
Sauce pour pâte - Tempehine	Aliment Merjex	Aliment du Québec Sans gluten, sans OGM et sans additifs	Format 4 L	Sysco, Gordon Food Service, HUB-CIBIM
Tofu nature (extra ferme, mou)	Unisoya	Aliment du Québec Sans OGM, 18 g de protéines,	454 g et 1,25 kg	Mayrand, Colabor, Sysco JG Rive-sud, Gordon
Tofu à saveurs (5 choix)	Unisoya	Aliments du Québec Sans OGM, 17 g de protéines,	300 g, 454 g et 1,25 kg	Mayrand, Colabor, Sysco JG Rive-sud, Gordon
Tofu Bio (2 choix)	Unisoya	Aliments du Québec Sans OGM, 17g de protéines,	454 g	Mayrand, Colabor, Sysco JG Rive-sud, Gordon

Produit	Entreprises	Distinctions particulières	Formats disponibles	Distributeurs
Tofu Soykei (Extra ferme, ferme, onctueux)	Soyxpert	Aliments du Québec Sans OGM	400 g, 500 g	Colabor, Gordon, Dubé & Loïselle, Fruits et Légumes Beauport, Fruits et Légumes Estrie
PVT de soya bio	Alimentation Gani	Certifiée biologique, 100 % québécoise	Contactez l'entreprise	Vente directe
PVT de soya	Les Brutes	Transformation locale en développement	1 kg et 3 kg	Vente directe

Veillez noter : les informations fournies dans ce répertoire datent de l'été 2025. Il est possible que des données concernant les entreprises aient changé depuis sa publication. N'hésitez pas à contacter les entreprises directement pour obtenir des mises à jour concernant les produits disponibles et les lieux de distribution.

RÉPERTOIRE DES ENTREPRISES

ALIMENTATION GANI

Projet né des efforts de valorisation du soya biologique qui est au cœur des opérations de la Ferme Machagani SENC depuis 2015.

Notre centre de transformation a permis de développer un procédé unique sans intrants chimiques, de nos champs à vos assiettes.

Nous sommes très fiers de pouvoir offrir une PVT de soya certifiée biologique 100 % québécoise.

Notre mission est d'offrir un produit certifié biologique accessible à tous en grande quantité afin d'encourager la consommation de protéines végétales. Nous offrons une alternative à la viande saine et abordable.



Vous pouvez commander notre PVT de soya biologique en contactant
Nikolas St-Jean au 450 525-4831 ou Gabriel Lachance au 819 674-4229.

Notre site internet est actuellement en construction.

ALIMENTS MERJEX

TEMPEHINE, VOTRE TEMPEH LOCAL SOURCE DE GOÛT ET PLAISIR

Novices, amateur(-trice)s de tempeh ou de viande, découvrez l'expérience de déguster un aliment subtil, santé et concocté avec amour pour le plaisir de vos papilles. La marque Tempehine est née de la volonté de Sonel Merjuste et Jasmine Exael de répondre à l'envie de leur fils, celle de ne plus manger de viande. De là, la famille à découvert des alternatives à la viande dont une qui fût le coup de cœur : le tempeh. Avec ses hautes vertus nutritives, cet aliment fait à partir de fèves de soya fermenté et riche en protéines avait toutes les caractéristiques pour les séduire. Le tempeh offre jusqu'à deux fois plus de protéines et 6 fois plus de fibres que son cousin (le tofu). Sa fermentation le rend beaucoup plus digeste et amplifie grandement les bienfaits du soya.

Comme pour notre fils, nous souhaitons le meilleur pour nos clients. C'est pourquoi notre tempeh est produit au Québec avec des ingrédients locaux de qualité, certifiés biologiques et avec une production artisanale.

Les Aliments Merjex a pu se tailler une réputation dans le milieu alimentaire québécois et est devenu la marque de référence en tempeh en

seulement 5 ans et détient plus de 50 % de parts de marché dans les ventes en épiceries grandes surfaces.

L'entreprise développe également une gamme de produits exquis pour le service alimentaire, des produits primés comme innovants qui peuvent s'intégrer dans plusieurs chefs-d'œuvre culinaires et faciliter du même coup une adoption plus large du tempeh.

Nos produits sont disponibles en format vrac chez Sysco et Gordon Food Service. Vous pouvez aussi nous contacter : 514 795-6578 info@merjex.ca et tempehine.ca. Idées recettes: <https://tempehine.ca/idees-recettes/>



COOP AGROBIO

De nos champs à vos assiettes, sans détour!

La coopérative regroupe plus de 150 fermes en grandes cultures biologiques. La vision est de bâtir une chaîne d'approvisionnement de produits de haute qualité qui respecte l'intégrité biologique.

Dès ses débuts en 2007, la coopérative s'est distinguée par son esprit de solidarité entre producteur(-trice)s et aujourd'hui, nous sommes fiers de proposer une dizaine de produits dont des farines et des huiles, en plus de nos haricots noirs et de nos lentilles béluga.

Voir les produits :

<chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://coopagrobioquebec.com/wp-content/uploads/2023/05/catalogue-2023.pdf>

Vous pouvez retrouver nos vidéos et nos recettes sur notre [chaîne Youtube](#)

Comment se procurer les produits :

Passer une commande directement à

commandes@coopagrobioquebec.com

ou parler avec notre représentant

Joey Benoit 450 917-2476

joey@agrobioquebec.com



CUISINE SOLEIL

Cultivé ici, moulu avec soin, nourrissant pour tous

Cuisine Soleil s'engage à offrir des produits qui allient nutrition, sécurité alimentaire et provenance locale. Au cœur du Saguenay – Lac-Saint-Jean, notre mission est de nourrir les communautés avec des farines d'exception – biologiques, naturellement sans gluten, sans allergènes et issues de l'agriculture locale.



Nous sommes à la fois agriculteurs, semenciers et minotiers : le contrôle total de la chaîne garantit qualité et transparence.

Notre moulin utilise la meule de pierre traditionnelle pour préserver la valeur nutritive de chaque grain (et légumineuse).

Nous favorisons les cultures québécoises : pois jaune, gourgane, sarrasin, lin, chanvre, avoine – en visant l'autonomie locale.

Nos produits sont biologiques, sans gluten et sans allergènes.

Plusieurs recettes sont disponibles sur notre site internet ainsi que sur notre page Facebook.

<https://cuisinesoleil.com/>

Contact : Sébastien Michaud

smichaud@moulinacoutu.com



FERME TOURNEVENT

On récolte, on s'aime!

Nichée au cœur de la zone boréale du Lac-Saint-Jean, la Ferme Tournevent se distingue par la richesse unique de son terroir nordique. Ce climat particulier, exigeant et pur, confère à nos cultures une typicité incomparable et une qualité qui fait notre fierté.



Au centre de notre production, nous plaçons les légumineuses biologiques – pois et lentilles – véritables piliers de notre modèle agricole. Elles enrichissent les sols, renforcent la biodiversité et apportent une source de protéines végétales durables et hautement nutritives. Pour nous, les légumineuses ne sont pas qu'une récolte : elles sont la clé d'une agriculture régénératrice qui nourrit à la fois les humains et la terre.

À leurs côtés, nous cultivons des oléagineuses biologiques – canola, caméline et lin. Ensemble, ces cultures créent un cycle agricole vertueux : les légumineuses régènèrent les sols et offrent des protéines, tandis que les oléagineuses complètent l'alimentation par leurs huiles vierges de première pression à froid. C'est cette synergie qui définit la philosophie Tournevent : une agriculture circulaire, cohérente et profondément engagée envers la santé, la durabilité et le goût authentique du Québec.

Et comme l'a si bien résumé le Libanais Jean-Paul Sabbaagh, chef du restaurant Saint-Sapin aux Jardins de Sophie :

« Le pois jaune de Tournevent, c'est le pois chiche du Québec! »

[Vidéo de présentation](#)

[Recette de houmous de pois jaunes](#)

Site web: <https://tournevent.ca/>

Contact pour les commandes : Simon Bernier-Bilodeau

simonbernierbilodeau@gmail.com

commande@tournevent.ca

GOÛTEZ-MOI ÇA



Entreprise de Chaudière-Appalaches, spécialisée dans le développement de solutions alimentaires et de protéines végétales locales. Depuis près de dix ans, nous travaillons à valoriser les légumineuses du Québec – notamment le **pois jaune** – dans nos produits, mais aussi à travers des activités de **formation et d'accompagnement** adaptées aux entreprises et aux institutions. Notre approche repose sur des procédés accessibles et

robustes, qui permettent d'intégrer efficacement les protéines végétales dans l'offre alimentaire québécoise.

- **Seitans et protéines végétales texturées**
- **Épaississants polyvalents, mix de production, portions**
- **Formules spécialisées et plan d'intégration en institution**

 **catalogue-produits-services-2022-web.pdf**

(mise à jour en cours avec nouvelles options et formulations, TVN et fiches techniques disponibles sur demande).

Contact : 418 929-2958 - info@goutez-moi.ca

HARIBEC

Plus de 30 ans de qualité et d'expérience

Haribec est une entreprise familiale de St-Aimé fondée en 1988 spécialisée dans la production de légumineuses. Nous nous concentrons sur la production de légumineuses, dont les haricots, qui sont reconnus mondialement pour leur qualité. Haribec produit également au Québec des haricots biologiques certifiés Ecocert.



De [nombreuses recettes](#) sont disponibles sur notre site internet.

Les produits sont disponibles chez Maturin, Colabor et Gordon Services Alimentaires.

LE PRÉ RIEUR

Pour une cuisine plus saine et responsable

En régie biologique depuis 1989, en grandes cultures certifiées Ecocert Canada de 2000 à 2020, agro-transformateur depuis 2015 et spécifiquement transformateur en croissance depuis 2020, Le Pré Rieur a pris le virage biologique dans un souci d'éviter l'usage de produits chimiques potentiellement néfastes et de préserver la qualité de l'environnement. Aujourd'hui, nous dépassons ces objectifs en offrant des produits santé de la terre à la table provenant des sols de notre région et d'ailleurs au Québec. Nous sommes en processus d'accréditation ACIA et HACCP afin de pouvoir livrer nos produits à un nombre accru de consommateur(-trice)s.

Notre mission: constituer une courroie de transmission entre les producteur(-trice)s et les consommateur(-trice)s par la création de deux filières, soit le tournesol et le pois jaune.

Vous trouverez des recettes sur notre site web : <https://leprerieur.com/recettes/>



Vous pouvez vous procurer nos produits via :

- Colabor via Maturin.ca;
- Alimentation René Pelletier Ltée de Lévis à est du Québec; ou
- Le Pré Rieur en nous contactant directement:
info@leprerieur.com
418 598-3840 (bureau)
418 291-3779 (cellulaire)

LES BRUTES

Les Brutes est une entreprise qui offre de la protéine végétale texturée (PVT) de soya, nature ou assaisonnée, prête à cuisiner et fièrement préparée chez nous, à la ferme. Pourquoi Les Brutes? Pour notre matière première, le soya, une ressource et une culture simple et saine : du soya brut, c'est tout ce qu'il nous faut pour obtenir la PVT. Notre mission : offrir un produit végane de grande qualité, conçu à 100 % au Canada. Notre vision : un produit qui valorise les pratiques en matière de développement durable. Nos valeurs : santé, famille, amour, créativité, originalité, travail, liberté.

Vous souhaitez une PVT d'ici, sans gluten, sans lactose, sans colorant?
Notre PVT protéinée et riche en fibre est LA solution.



[Recettes | Les Brutes](#)



Comment se procurer les produits :

Vous pouvez vous procurer nos produits en vente directe, en nous contactant au info@lesbrutes.ca. Nous procédons rapidement à la prise de commande et à l'expédition. Des lanières de soya, une PVT mini et des miettes de bacon vegan seront aussi disponibles sous peu.

L'ISSUE VÉGANE MAISON

L'Issue Végane Maison : l'expertise du seitan au service de vos menus

Depuis les Laurentides, nous développons avec passion une gamme de seitan fait à la main, qui allie saveur, texture et polyvalence. Notre savoir-faire repose sur une recette unique à base de protéines de blé et de légumineuses, conçue pour offrir une alternative nourrissante, généreuse et agréable en bouche.

Nos produits se distinguent par :

- **Une texture ferme et appétissante** idéale pour trancher, griller ou intégrer dans des plats mijotés.
- **Un goût savoureux et équilibré** qui plaît autant aux curieux qu'aux habitués de l'alimentation végétale.
- **Une polyvalence incomparable** permettant de préparer facilement sandwiches, bols, sautés, ragoûts ou plats du jour.

Membres d'Aliments du Québec et accrédités par le mouvement international Slow Food, nous valorisons une approche responsable, durable et centrée sur le plaisir de bien manger. Grâce à leur goût et leur texture, nos seitans se prêtent naturellement au remplacement de la viande, permettant ainsi de **végétaliser un menu sans complexité** et d'élargir vos options culinaires pour satisfaire une clientèle variée.



Fiches recettes

Retrouvez toutes nos recettes sur notre site internet [ici](#).

Comment se procurer les produits

Vous pouvez joindre Laurent au **514 835-8802** ou visiter notre [site Internet](#). Il nous fera plaisir de répondre à vos questions et, au besoin, de planifier une rencontre avec vous.

SOYXPERT

Soyxpert, c'est l'entreprise derrière les tofus Soykei

Notre mission est de produire un tofu de qualité supérieure grâce au savoir-faire traditionnel japonais, tout en respectant l'environnement et les personnes.

Nos installations à Sherbrooke, au cœur des champs de soya sans OGM et biologiques, permettent des livraisons rapides tout en réduisant l'empreinte carbone. Nos emballages recyclables contribuent aussi à limiter l'impact environnemental.

Certifié **B Corp, SQF et HACCP**, Soyxpert s'engage pour la qualité, la sécurité et le bien-être collectif.

TOFU SOYKEI

Fabriqué à partir des meilleurs soyas **à identité préservée**, cultivés localement, notre tofu se distingue par :

- Une **méthode de coagulation traditionnelle** au sel de nigari
- Une **texture onctueuse** et authentique
- Un **goût supérieur** sans arrière-goût
- Une **blancheur impeccable**
- **Plus de protéines** et **moins d'eau** que la moyenne



Comment se procurer les produits:

Martin Cournoyer

Développement stratégique VP

819 574-2578

martin.cournoyer@soyxpert.ca

soyxpert.com | soykei.ca

NOVAQUINOA

QUINOA DU QUÉBEC

NovaQuinoa cultive, nettoie, transforme et ensache du **Quinoa** aux quatre coins du Québec! **Le Quinoa du Québec provient directement des champs de notre vingtaine de producteur(-trice)s**, ce qui garantit sa traçabilité et un approvisionnement de qualité. Ils cultivent avec succès un quinoa local à partir de semences adaptées au climat québécois et tout cela **à un prix compétitif**. NovaQuinoa leur assure une rentabilité sur le long terme et favorise également la production céréalière pour la consommation humaine.

Notre quinoa est **sans OGM, sans gluten et sans saponine** donc sans arrière-goût amer. Il est riche en **fibres, fer, potassium et omega 3 & 6** et constitue une bonne **source de vitamines**, spécialement du complexe B. Enfin, il présente un **faible indice glycémique (40)**, ce qui en fait une option intéressante pour les diabétiques. C'est une **céréale** qui nécessite moins d'eau lors de sa phase de croissance et qui enrichit les sols lors des rotations de cultures. En plus, nos produits sont vérifiés par **Aliments du Québec**.

En grains entiers ou en ingrédients sous forme de farine ou de flocons, découvrez la toute nouvelle gamme de produits Quinoa du Québec :

- Quinoa blanc en grains (Bastille)
- Quinoa rouge en grains (Marie)
- Flocons de quinoa blanc
- Farine de quinoa blanc
- Mélange bicolor (Blanc et Rouge)
- Quinoa blanc en grains torréfiés

Le quinoa est une excellente source de protéines végétales digestibles qui contient les **9 acides aminés** essentiels. C'est pourquoi le quinoa est qualifié de **protéine complète**, avec une qualité semblable à la protéine animale.



Nos produits sont disponibles chez les distributeurs : Maturin, Colabor et GFS (format 10 kg).

NovaQuinoa (L'Assomption QC) :

Alex Trusewicz : Ventes

atrusewicz@novaquinoa.com, 438 367-5521

<https://quinoaquebec.com/>

UNISOYA

Et la famille Beaulieu... de pères en fils!

Union parfaite entre le soya et les traditions familiales d'ici, pas seulement pour les végétarien(-ne)s, les véganes ou les idéalistes, le tofu Unisoya est aussi pour les mangeur(-euse)s de viande qui veulent faire du bien à la planète et aussi à leur estomac. **Notre famille crée du tofu depuis 1986.**

Le tofu a enfin sa place dans le **Guide alimentaire canadien**. Quelle victoire pour le tofu!

Depuis maintenant plus de 39 ans, nous perfectionnons notre art pour offrir le meilleur produit sans OGM et sans gras trans. Nos maîtres du tofu broient le soya avec de l'eau pour en obtenir une boisson qui est ensuite transformée en tofu en ajoutant un coagulant.



Agriculteurs et propriétaires de terres de soya (St-Isidore-de-Laprairie)

- **Aliments du Québec**
- **Sans OGM, sans Gluten**
- **Haute teneur en protéines**
- **Produit pasteurisé**
- **Casher**

Distributeurs; Colabor, Sysco, Thomas Fruits & Légumes, GFS, Mayrand, Global

*Pour des idées de recettes: [Unisoya](https://www.unisoya.com)

Contact Unisoya:

Ginette Cyrenne

Directrice Ventes & Marketing

ginette.cyrenne@unisoya.com

Cell : 514 975-6546

Équiterre^o



Les bureaux d'Équiterre sont situés sur les territoires autochtones non cédés par voie de traité que nous appelons de nos jours Montréal et Québec, là où différents peuples autochtones ont interagi les uns avec les autres. Nous reconnaissons que les Premiers Peuples protègent leurs territoires depuis des temps immémoriaux et utilisent leurs savoirs traditionnels pour garder les terres et les eaux. Nous sommes reconnaissants et reconnaissantes de vivre sur ce territoire et tenons à poursuivre nos efforts pour le protéger. En tant qu'organisation préoccupée par la justice environnementale et sociale, Équiterre respecte les importants liens entre le passé, le présent et l'avenir. Nous prenons acte du chemin qu'il reste à parcourir pour mettre en œuvre notre mission, tout en bâtissant des relations avec les Premiers Peuples dans l'humilité, la bienveillance et le dialogue.