

# L'instant Évasion



## La Thalasso Spa de la Grande Motte

Située en petite Camargue, au pays des flamands roses, l'endroit est idéal pour une évasion à deux le temps d'un week-end en toute liberté. Vous pourrez profiter du forfait spécialement

### Deux jours pour découvrir toutes les facettes du bien-être : la thalasso, les modelages et les soins esthétiques

Nouveaux soins sur 2015

Programme sur 2 jours, 3 soins par jour, avec ou sans hébergement :

- bain bouillonnant aux huiles essentielles
- gommage *Vent de Sable*
- enveloppement *Épices et Algues*
- modelage *Océan de Soleil* (20 mn)
- soin du visage *Perles d'Eau de Mer* (60 mn)
- modelage *du Monde* (60 mn)

À partir de 429 €/personne - Base chambre double en demi-pension

Informations et Réservations :

04 67 29 13 13

www.thalasso-grandemotte.com

www.premiereligne-grandemotte.com

## Notre recette

### Muffins aux myrtilles des Vosges, pavot bleu & Milkervé Amande Jean Hervé

Pour 6 muffins

#### Ingrédients

- 100 g de farine de maïs
- 60 g de farine de riz complet
- 40 g d'arrow-root (ou autre féculé)
- 70 g de sucre intégral
- ½ sachet de poudre à lever
- 1 pincée de sel
- 25 ml d'huile d'olive
- 50 g de purée de cajou
- 2 œufs
- 15 cl de Milkervé (1 c. à s. de poudre diluée dans 15 cl d'eau tiède)
- 125 g de myrtilles 1 petite c. à s. de graines de pavot bleu

#### Préparation

Préchauffez le four à 200 °C (th. 7).

Dans un grand récipient, mélangez les farines avec l'arrow-root, le sel et la poudre à lever, puis ajoutez les myrtilles.

Dans un autre récipient, mélangez l'huile d'olive avec la purée d'amande, puis délayez progressivement avec le lait d'amande Milkervé. Versez le mélange liquide sur le mélange sec et incorporez rapidement avec une fourchette : le mélange doit rester non homogène (il peut rester des grumeaux de farine).

Répartissez dans des empreintes à muffins, saupoudrez de graines de pavot bleu et faites cuire pendant 25 minutes environ : la lame d'un couteau doit ressortir sèche. Bonne dégustation !

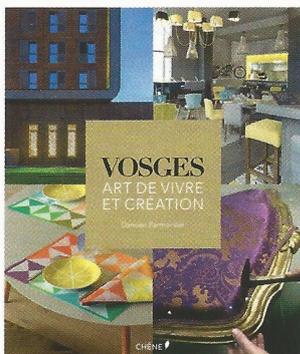
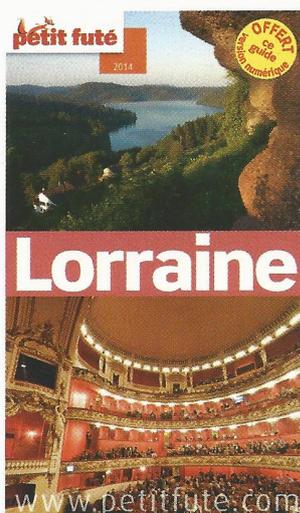


© Clémence Catz



Jean Hervé

Milkervé - Pot de 300 g  
7,50 €



## Lorraine

Découverte d'une terre de traditions et de terroir mais aussi de cœur où vous rencontrerez des gens charmants, attachants, passionnés...

- 9,95 € - Éditions Petit Futé

## Art de vivre dans les Vosges

Par Damien Parmentier

Qu'ils soient créateurs textiles, designers, papetiers, menuisiers, marbriers, artistes, tapissiers, architectes, céramistes ou encore chefs de cuisine, ces artistes et artisans participent tous au «savoir-vivre à la française» qui fait la renommée vosgienne dans le monde entier.

Né à Saint-Dié-des-Vosges et docteur en histoire et civilisation européenne, l'auteur nous invite à pousser la porte de ces gardiens de savoir-faire ancestraux.

- 25 € - Éditions Chêne