



Les régéralades de Suzane #4



A la recherche de la healthy food idéale, Suzane n'en oublie pas pour autant la gourmandise, pour laquelle elle voue un véritable culte.

Alors Suzane goûte, Suzane teste, Suzane aime (ou non) et Suzane ne sélectionne que la crème de la crème, que des pépites orgasmiques qui frétilent sous la langue et font swinger nos papilles.

Pour ce 4ème rdv des Régéralades de Suzane, 11 nouveautés toutes fraîches ont su se démarquer avec brio et retenir notre attention. Nous sommes ravies de vous les présenter....



Fémini'thé – La route des comptoirs

Cette marque éthique ne cesse de nous enchanter avec ses jolies créations parfumées. Pour célébrer le printemps comme il se doit, La route des comptoirs nous propose une synergie détoxifiante originale autour du PU-ERH, un thé sombre post-fermenté aux notes surprenantes de terre humide et de sous-bois, réputé pour ses propriétés digestives et détoxifiantes. Ce dernier est accompagné d'une synergie particulièrement originale d'HIBISCUS (diurétique), de REINE DES PRÉS (reine de l'élimination), de



[Visualiser l'article](#)

CARDAMOME (digestive), de LAPACHO et de NEEM (purifiants). Le tout sublimé par des écorces d'orange, de canneberge et un arôme naturel de mangue.

Le petit truc en plus : le bel équilibre entre les saveurs épicées, fruitées et végétales.
Sachet de 100 g . 6,30 € -A shopper ici



Moutarde Tandoori – Emile Noël

Gros coup de coeur pour cette 1ère moutarde Tandoori certifiée bio et confectionnée par le leader français des huiles biologiques. Elle rompt définitivement la routine en cuisine et ouvre les portes d'un univers aromatique aussi riche que subtil. Les épices sont savamment dosées pour un goût unique en bouche, presque orgasmique (si, si je vous assure...)

Le petit truc en plus : Facile à doser, elle encanaillera à merveille les sauces vinaigrettes les plus classiques, pour des versions « Bollywood » très réussies.

Pot en verre de 200 g . 3,30 € – A shopper en magasins bio et diététiques et ici
Plus d'infos sur <http://huilerieemilenoel.bio>





[Visualiser l'article](#)

Préparateur culinaire – VEGGIE BULLET®

Voici un préparateur culinaire compact, original et malin qui permet à la fois de « spiraliser » (et oui un néologisme !), d'émincer, de trancher, de découper et de râper.

Le petit truc en plus : cet appareil transforme nos légumes préférés en délicieuses spirales végétales qui sont un excellent substitut des pâtes traditionnelles grâce à leur faible teneur en glucides et calories. De quoi séduire petits et grands !!!

199€ – A shopper sur www.nutribullet.fr



Thé VITAM ETERNAM Chanvre & Moringua – Nature & Découvertes

Allez, avouons-le, nous sommes très fan des collections de thés bio terre d'Oc qui revisitent les traditions, se nourrissent des savoir-faire ancestraux et explorent des recettes créatives pour le plaisir du goût et du bien-être. Ce thé est un savoureux mélange de thé vert, rooibos aromatisé à la vanille, écorces de grenade, moringa, mélisse, poivre, gingembre et chanvre.

Le petit truc en plus : la saveur gourmande aux notes vanillées très réussie.
pot de 45 g . 8,95 € – A shopper ici





[Visualiser l'article](#)

Jus Betterave & passion – Authentic

Créé par une jeune marque bio lancée par la start-up lyonnaise Natura France, ce jus est particulièrement réussi avec un duo des plus surprenant sur lequel (il faut bien l'avouer) on aurait pas misé un kopeck. Et pourtant...

Très jolie couleur (ce qui ne gâche rien) et un goût très agréable en bouche avec un très bel équilibre : les notes acidulées du fruit de la passion viennent

Le petit truc en plus : contient pas moins de 99,3% de fruits et légumes. Yes !!!

Bouteille de 1 litre . 5€30 – Disponible en GMS



Jus d'hibiscus, menthe infusée et jus de pomme – Panamako

Une fusion des cultures pour cette très jolie et toute jeune marque créée par Oumar Cissé, puisqu'elle marie Hibiscus bio du Burkina Faso (la fameuse boisson appelée bissap) et pomme Golden de Touraine. Point de conservateurs et de colorant Tous les ingrédients utilisés, issus de coopératives certifiées bio ou de l'agriculture raisonnée, respectent la nature et sont minutieusement travaillés par des artisans passionnés, qui conjuguent savoir-faire et expérience. Une très belle réussite à qui nous souhaitons (sans grande inquiétude) un beau succès.

Le petit truc en plus : un équilibre parfait des saveurs. Sans oublier un sublime graphisme avec notamment le logo coq habillé d'élégants motifs colorés wax. Tout est dit !

2,80 € la bouteille de 250 ml – A shopper en épicerie fine et grandes et moyennes surfaces



Jus de curcuma bio – ibo

Un très gros coup de coeur pour ce jus, idéal en cure de printemps. Reconnue et utilisé en Inde principalement en Ayurveda, comme puissant anti-inflammatoire intestinal, il nettoie le foie et les autres organes associés. En cure régulière, il travaille sur les « branches » c'est-à-dire articulations, genoux, épaules et hanches. Il est excellent pour protéger les muscles, les tendons des sportifs.

Le petit truc en plus : très polyvalent, il peut être aussi utilisé en cuisine : pour préparer des jus healthy (avec du jus de pomme par exemple) mais aussi dans des sauces, du riz ou des pâtes.

18,95 € la bouteille de 250 ml – A shopper en magasins bio et ici





Soupe thaï – Karine & Jeff

Pour être très honnête, les soupes je les prépare généralement moi-même car j'ai toujours détesté les soupes industrielles (même bio). Mais là je dois bien avouer que j'ai eu un vrai coup de coeur pour cette marque made in France et pour la haute qualité de ses produits. Avant même d'avoir goûté aux soupes Karine & Jeff, j'ai aimé l'histoire de cette marque qui est née d'une très belle histoire d'amour entre Karine (une danseuse) et Jeff (un musicien). Et après dégustation, j'ai dû me rendre à l'évidence : il y a beaucoup, beaucoup d'amour dans ces soupes bio. A tester sans plus tarder !

Pour la version thaï (mais il y a beaucoup d'autres références), c'est un riche mélange de légumes parfumés (brocoli, courgettes et poivrons), mijoté avec du lait de coco, du jus de citron, de la coriandre et du gingembre. Yummi !

Le petit truc en plus : elle est naturellement sans gluten, vegan et bio of course !
6,17 € la bouteille de 50 cl – A shopper ici

Biogranules de Lucuma – D. plantes

Depuis sa création en 2003, le Laboratoire D. Plantes élabore des compléments alimentaires à partir des meilleurs ingrédients. Spécialiste de la micronutrition, ce Laboratoire made in France lance une nouvelle gamme Superfood avec 14 références de "super-ingrédients", dont 4 mixes, pour répondre à toutes les envies bien-être et d'alimentation saine des consommateurs les plus exigeants... et les plus gourmands !

Le petit truc en plus : son format ludique et gourmand pour agrémenter facilement toutes les recettes du quotidien.

Sachet de 125 g . 19,90 € – A shopper en magasins bio et ici



Infusion verveine, aneth, chicorée – Avec plaisir !

Une tout jeune marque mais avec un sacré savoir-faire car elle vient d'être lancée par La Maison Leroux. Cela fait plus de 160 ans que les Maîtres Assembleurs de cette institution bichonnent, préparent et torrèfient la chicorée, une plante au sacré caractère !



[Visualiser l'article](#)

Le résultat ? Un savoir-faire unique basé sur l'assemblage des saveurs et la création des parfums, afin de créer des recettes follement savoureuses. A consommer idéalement le matin au petit déjeuner, pour changer des traditionnels thé et café.

Le petit truc en plus : le mariage très original de la chicorée et de plantes de caractère. Et le fait que toutes les plantes soient bio et issues de terroirs français.

3,99 € le sachet de 125 g (40 tasses) – A shopper en magasins bio et ici

Pétales de céréales olive – Too Good

L'apéro difficile de s'en passer mais on recherche des produits healthy pour garder une ligne de rêve (c'est toujours bien de s'en convaincre !).

Ces pétales de céréales surprennent par leur richesse en fibres et en protéines, ainsi que leur croquant crunchy à souhait. Une belle création aussi healthy que yummy, qui plaira à toute la famille.

Le petit truc en plus : ils sont non frits, contiennent seulement 2% de matières grasses et sont sans exhausteur de goût controversé et sans colorants artificiels ni conservateurs.

1,79 € le sachet de 60 g – A shopper [chez Monoprix](#) et en GMS Plus d'infos sur <http://www.toogood.fr>

Bonne découverte à tous !