



Karéléa

Je ne suis pas un

ZÉROOO!!

ENFIN SI, JUSTEMENT

« Faut pas croire ce que disent les journaux » ? Oh que si au contraire, et tout particulièrement lorsque ces derniers tentent d'alerter l'opinion sur les dangers du sucre que l'on consomme souvent en trop grande quantité, avouons-le. **Que cela soit pour ménager son organisme, faire attention à sa ligne avant l'arrivée des beaux jours ou plus simplement dans l'optique de rééquilibrer son alimentation, réduire sa consommation de sucres se révèle toujours être une bonne idée.** Mais comme on dit, " *c'est plus facile à dire qu'à faire* " ! Et pour cause, le sucre est partout, parfois bien visible (difficile de plaider l'ignorance, une tartine de confiture de Mamie à la main !), mais souvent beaucoup moins.

Que ce soit dans les plats préparés, les soupes industrielles, le pain de mie ou encore les yaourts nature, les sucres cachés suffisent bien souvent à combler au-delà du raisonnable nos besoins journaliers. S'il peut parfois sembler difficile de réduire son apport en sucres cachés, il est à l'inverse bien plus facile de diminuer sa consommation en s'attaquant au nerf de la guerre, à savoir les viennoiseries, biscuits et autres plaisirs coupables. **Parce que l'idée de se priver n'a jamais excité les foules, Karéléa, la marque experte en contrôle des sucres de Léa Nature, a justement développé une large gamme de biscuits garantis Zéro Sucres (oui, oui, zéro, nada, peanuts, rien de rien...) pour des pauses gourmandes sans complexes. Absolument délicieux et diététiquement raisonnables, ces petits gâteaux ont clairement tout pour plaire.**

BISCUITS SAVEUR CITRON

Fabriqués dans la biscuiterie Jean & Lisette située en plein cœur de la Charente-Maritime, ces biscuits accompagnent à merveille nos pauses plaisir. Ils incarnent parfaitement les 3 valeurs clés de la marque, à commencer avant tout par la Nutrition, à travers une recette élaborée autour d'ingrédients de qualité, garantie 0% de sucres mais également une forte proportion en fibres. Vient ensuite la **Naturalité**, puisque pour ces recettes, et comme pour chaque produit de la marque d'ailleurs, seules les matières substituant le sucre d'origine végétale et les arômes naturels sont autorisés, les colorants, l'huile de palme, les conservateurs ou autres édulcorants étant eux bannis. Enfin, la **Gourmandise** est bien sûr mise à l'honneur grâce à leur délicate saveur citronnée et leur texture croquante à souhait.

● Biscuits Saveur Citron Sans Sucres Karéléa - Paquet de 132g, 2€59



Existe aussi en version **sesame vanille**



BISCUITS PETIT BEURRE

Véritable Madeleine de Proust pour de nombreuses générations, les Petits Beurre traditionnels se gardent bien d'afficher leur Nutriscore. **Et pour cause, s'ils avaient fait le choix de la transparence, l'indémontable biscuit revêtirait un Nutriscore E, en partie à cause de sa forte proportion en sucres (près de 2g par biscuit) mais aussi à cause des fameux « E.. » qui jonchent sa composition.** Pas besoin pour autant de renier son âme de grand enfant pour préserver sa santé, puisque l'alternative qu'en propose Karéléa garde le croquant des originaux tout en faisant l'impasse sur le sucre et les additifs. Et en plus de ça, elle est également fabriquée en France en Charente-Maritime dans la biscuiterie Jean & Lisette.

● Petit Beurre Sans Sucres Karéléa - Paquet 150g, 2€59

FINES GAUFRES

Spécialité incontournable du Nord de la France, les fines gaufres ne riment à prime abord pas avec diététique et équilibre, mais plutôt avec réconfort et gourmandise. **C'était sans compter sur Karéléa, la marque experte en contrôle des sucres, qui a revisité cette spécialité délicieuse pour proposer une alternative plus responsable faisant l'impasse sur le sucre et l'huile de palme, auréolant ces savoureuses Fines Gaufres d'un honorable Nutriscore A, sans pour autant en renier les qualités gustatives de la recette traditionnelle.**

● Fines Gaufres Sans Sucres Karéléa - Paquet 140g, 2€59



TOUS LES PRODUITS KARÉLÉA SONT DISPONIBLES AU RAYON DIÉTÉTIQUE DES GMS