

NOUVEAU



CET ÉTÉ, ON EAU'SE SE PLANTER !

S'il y a bien un verbe qui a monopolisé les articles bien-être ces derniers mois, c'est bien celui d'OSER ! On nous le répète à longueur de *podcasts* : il ne faut plus avoir peur de se jeter à l'eau et ce quel que soit le domaine. Alors on se lance et on achète cette petite robe imprimée qui nous fait de l'œil sans craindre la police du goût, on demande fièrement cette augmentation que l'on sait méritée, on n'hésite pas à partir en *week-end* en laissant, sans culpabiliser, ses enfants à sa/son conjoint.e, on réalise une recette de Chef jamais testée pour ce premier dîner avec notre belle mère... et bien d'autres choses encore. **Tout ce qu'on veut au fond, c'est essayer, ressentir ce fameux frisson du challenge, tenter de nouvelles expériences. Quoi qu'il arrive, il restera toujours cette fierté d'avoir osé !**

Et si jamais on ne se sent pas encore l'esprit si aventurier, on peut simplement commencer en procédant à quelques *twists* dans notre quotidien, l'idée étant de s'atteler en priorité aux choses

qui nous apparaissent comme une absolue évidence mais qu'on a envie de réenchanter. Prenez les infusions par exemple, il est vrai qu'on a spontanément tendance à les consommer chaudes tout au long de la journée, mais beaucoup moins le réflexe de les déguster froides, alors que c'est pourtant tout aussi bon ! Encore plus en été où on le sait, il convient de bien s'hydrater. **Aux oubliettes donc, l'eau « nature » que l'on tend à délaisser parce que son goût neutre ne nous attire pas spécialement et vive les gourdes d'infusions à froid. Bien plus savoureuses, simples à préparer, ultra-rafraîchissantes et garanties zéro sucre et zéro calorie, avouez que tous les atouts sont là pour qu'elles deviennent notre boisson de l'été !**

Et si on peut changer bien des choses dans notre vie, pas question de revenir sur certains fondamentaux auxquels on tient tout particulièrement, à commencer par notre volonté de consommer des produits rassurants, authentiques et fabriqués en France. En la matière, on s'en remet les yeux fermés à la pépite de Haute-Savoie, Les 2 Marmottes bien sûr. Elle a réuni dans un joli coffret 6 recettes (dont 3 bio) se prêtant tout particulièrement à l'art subtil de l'infusion à froid (30 minutes à 1 heure dans de l'eau froide, rien de plus, rien de moins). **Menthe-Réglisse, Thé Vert à la Menthe, Retour de Soirée (toutes les trois certifiées bio), Fenouil, Cocktail Digest et Citron Gingembre (LA nouveauté de cette année)... on varie les plaisirs en appréciant à chaque fois que toutes ces recettes soient garanties sans jamais d'arômes ajoutés, rien d'autre que le bon goût des plantes !** Une bonne nouvelle car lorsqu'on décortique parfois la recette de certaines marques d'infusions à froid, autant vous dire qu'il y a de quoi... jeter un froid justement !



NOUVEAU

**Coffret Infusez L'Été
Les 2 Marmottes**
Assortiment de 6 infusions
et thés différents
72 sachets, 19€30

EN GMS ET SUR WWW.LES2MARMOTTES.FR