

Karéléa

- de Sucres + de Liberté



VOUS REPRENDRÉZ BIEN UN KARÉ DE CHOCOLAT ?

Il y a ceux qui ne terminent jamais un repas sans un petit carré de chocolat noir (un seul, vraiment ?), ceux qui se glissent à plusieurs reprises et de façon plus ou moins discrète dans la cuisine de l'open space pour reprendre une part du moelleux tout chocolat ramené pour le départ en vacances de Corinne ou ceux qui, pris de fringale une nuit sur deux, croquent à 3h du matin dans la tablette chocolat noisette qui traîne dans la cuisine... **Aucun doute, le chocolat fait partie intégrante de notre vie, on n'est du coup guère étonné d'apprendre que chaque Français en consomme en moyenne 7,3 kg par an*.**

C'est donc de bon cœur qu'on s'octroie ce petit plaisir, ce qui ne nous empêche pas de rester quand même un minimum vigilant quant à notre consommation de sucre qui peut vite exploser avec certaines recettes de tablettes ou biscuits au chocolat. Avouons-le, pas mal d'entre eux sont en prime bourrés d'édulcorants artificiels, d'huile de palme... et autres ingrédients dont on aime autant que possible restreindre notre consommation, notamment pour prendre soin de notre santé. **Fort heureusement, d'appréciables alternatives existent comme le prouve Karéléa, la marque de Léa Nature dédiée au contrôle des sucres par l'alimentation depuis presque 15 ans. Elle propose en effet une myriade de références cacaotées, peu ou pas sucrées, dont les compositions sont consciencieusement travaillées pour nous garantir des pauses toujours aussi gourmandes et garanties zéro culpabilité !**



BISCUITS CACAO

Cette nouvelle recette de la marque rochelaise a le bon goût du fait maison et c'est bien normal puisqu'ils sont fabriqués au sein de la biscuiterie Jean & Lisette, en Charente Maritime, avec une farine moulue dans la même région, à moins de 100km de l'atelier ! **Deux ingrédients (l'huile de palme et le sucre) manquent cruellement à l'appel et on ne les regrettera pas le moins du monde puisque cela permet à ces biscuits d'être auréolés d'un très honorable Nutriscore B.** Une vraie prouesse au rayon des biscuits proposés en GMS, et un bonheur pour nos papilles grâce à un édulcorant d'origine naturelle : le maltitol.

- Biscuits Cacao Sans Sucres
KARÉLÉA - 132g, 2€29

BISCUITS AVOINE CHOCOLAT

Un goûter en toute insouciance ? Bingo avec ces sablés Avoine Chocolat réduits en sucre, mais certainement pas en gourmandise ! Ces gâteaux sont également conçus dans la biscuiterie de Saint-Jean-d'Angély, avec une farine bio pour une qualité plus qu'appréciable. Les pépites de chocolat et les billettes de riz soufflé apportent à cette recette toute sa gourmandise et ce côté très croustillant qui fait son petit effet. Cette combinaison cacao / avoine rend ces biscuits riches en fibre, ce qui en fait un encas Karé-mment malin !



● Biscuits Avoine Chocolat KARÉLÉA BIO
150g, 2€59

TABLETTES DE CHOCOLAT

C'est fin, c'est très fin, ça se mange sans faim... et c'est succulent ! On se délecte sans culpabilité d'un ou plusieurs carrés de chocolat de cette délicieuse tablette, véritable coup de pouce pour se remonter le moral. Très fine et forte forte en cacao (72%), les becs fins se régaleront à coup sûr de cette recette sans sucres, sans huile de palme, comme tous les chocolats purs beurre de cacao, et qui se révèle en prime riche en fibres, fer et magnésium. Pour toutes les personnes veillant à limiter leur consommation de sucre au quotidien, voici une savoureuse alternative qui permet d'apprécier plus raisonnablement les plaisirs cacaotés qu'offre la vie !

- Tablette de Chocolat Noir 72% de Cacao Sans Sucres KARÉLÉA - 100g, 2€79

Il y a des mariages que l'on sait éternels... Jennifer Lopez et Ben Affleck ? On ne se prononcera pas sur le sujet (mais on espère sincèrement que oui, ils sont si mignons ensemble), on préfère miser sur une autre alliance irrésistible : le chocolat noir et la noisette ! Cette tablette intense et croquante en est la parfaite illustration, elle dont la recette contient une teneur en sucre très réduite - 97% en moins que les tablettes de chocolat noir aux noisettes classiques - et aucun édulcorant artificiel. Sa douceur tient de la présence de maltitol, édulcorant d'origine naturelle et alternative choisie par la marque aux sucres blanc/roux, un substitut apportant une saveur sucrée mais 40% de calories en moins que le sucre tout en ayant un indice glycémique bas. Riche en fibres, en fer et en magnésium, ce bon chocolat a décidément tout pour plaire.

- Tablette de Chocolat Noir Noisettes Sans Sucres Ajoutés KARÉLÉA - 150g, 2€79



TOUS LES PRODUITS KARÉLÉA
SONT DISPONIBLES
AU RAYON DIÉTÉTIQUE DES GMS