

Karéléa

- de Sucres + de Liberté



MANGER DES (BISCUITS) POMMES

Souvent, on prend la pomme en référentiel lorsqu'on veut expliquer que quelque chose contient très peu de sucres (« *ce gummies solaire contient autant de sucres qu'un quartier de pomme seulement* »), force est de constater que c'est un peu l'ingrédient étalon-mètre en la matière. Et c'est globalement mérité car la pomme compte effectivement une part modérée de sucres (même si d'autres fruits sont en fait encore plus irréprochables à ce niveau), ce n'est d'ailleurs pas pour rien que les nutritionnistes la recommandent lorsqu'on recherche un dessert ou une collation qui soit rassasiante et diététiquement acceptable. **On ne s'en plaint pas car c'est savoureux une pomme, ça nous rappelle en prime les doux souvenirs de la tarte Tatin de notre grand-mère chérie ou bien encore les promenades dominicales dans les vergers normands. La seule chose un poil embêtante, c'est que spontanément et lorsqu'il est question de pomme, on est plutôt tenté pour notre part par un bon chausson aux pommes, un petit verre de cidre, une pomme d'amour à la fête foraine... bref, pas vraiment ses déclinaisons les plus healthy !**

Heureusement, une alternative aussi gourmande que raisonnable débarque en rayons grâce à Karéléa, la marque de Léa Nature dédiée au contrôle des sucres par l'alimentation depuis presque 15 ans. **Fabriqués en Charente-Maritime, dans leur biscuiterie, avec de la farine française, ces biscuits se distinguent avec leur 0% de sucres, un argument qui pèse dans la balance lorsqu'on surveille la sienne, ou tout bonnement quand on souhaite, pour des questions de santé évidentes, limiter sa consommation de sucres. Ici, on peut y aller les yeux fermés comme en témoigne d'ailleurs l'irréprochable Nutri-score A apposé sur la boîte de ces petits biscuits absolument délicieux.**

En effet, garantis sans huile de palme, ils révèlent des saveurs de pomme, parfaitement équilibrées entre celles de la pomme caramélisée et acidulée. Avec leur texture croquante, ils sont la promesse d'une pause gourmande, on les emporte pour la pause de 16h et sans culpabilité aucune, on s'en délecte avec plaisir. Finalement, il n'y a que Karéléa pour transformer un Malus (le nom botanique de la pomme pardi !) en un bonus !



Biscuits Saveur Pomme
KARÉLÉA - 132g, 2€29

TOUS LES PRODUITS KARÉLÉA
SONT DISPONIBLES
AU RAYON DIÉTÉTIQUE DES GMS