

*Nouveautés*



**FAVORISANT LE PLUS POSSIBLE  
LES PRODUCTEURS FRANÇAIS**

**SANS PESTICIDES**

**CERTIFICATION BIO**

**SANS ARÔMES ARTIFICIELS**

**À UN MOMENT,  
IL FAUT QUE  
ÇA SE SACHETS!**



BVCert. 9333217





## IL FAUT SE MÉFIER DE L'EAU QUI BOUT...

Lorsqu'on va faire nos courses alimentaires, il y a spontanément des produits pour lesquels on fait preuve de méfiance, les plats très transformés par exemple. Bien aidés que nous sommes par l'application Yuka, on décortique les recettes et on veille à faire les choix les plus éclairés en parcourant les différents rayons. **Évidemment, on n'est pas surpris lorsqu'on découvre que nos biscuits préférés sont classés E (ce qui ne nous empêche évidemment pas de les acheter, on est aussi là pour se faire plaisir) mais on tombe en revanche parfois de haut sur certaines familles de produits qui se révèlent bien moins irréprochables que ce qu'on imaginait.**

Il fallait voir notre tête par exemple lorsqu'on a découvert que pas mal de soupes industrielles avaient des compositions assez discutables alors que dans notre esprit, c'était forcément un produit sain puisqu'a priori composé de bons légumes (pas vraiment, et bonjour les additifs, exhausteurs de goût artificiels, hautes teneurs en sel et autres conservateurs). **Dans le même genre, on a aussi appris à devenir beaucoup plus vigilant dans le choix des infusions que l'on glisse dans notre caddie. Jusqu'à récemment encore, on ne se posait même pas la question car dans notre esprit, il s'agit tout bonnement de plantes, rien de plus naturel donc. Sauf que dans les faits, il en va tout autrement...**

À force de se renseigner, on a par exemple appris que certaines études avaient montré la présence excessive de pesticides dans des recettes de thés et infusions non certifiées bio. Ou bien encore que le goût de certaines était à mettre au crédit d'arômes artificiels alors qu'on pensait naïvement se régaler d'une boisson naturelle. Pas franchement ce qu'on recherche lorsqu'on se prépare ce qu'on pense être une bonne infusion. Au final et comme souvent, le plus simple reste encore de s'en remettre à des marques qu'on sait de confiance, ayant toujours eu à cœur de faire les choses dans les règles de l'art. **Parmi ces dernières, on pense spontanément à Jardin BiO étic® dont c'est peu de dire, en matière d'infusions, qu'elle en connaît un rayon. Saviez-vous d'ailleurs qu'il s'agit des tous premiers produits qu'a proposés la marque du groupe rochelais Léa Nature en 1995, et alors même qu'elle s'appelait encore Le Jardin Biologique ?**

30 années plus tard, la marque fait preuve de la même exigence et plus encore même comme en témoigne les nombreux labels auréolant son travail et ses convictions. **Qu'il s'agisse de l'indispensable labellisation Agriculture Biologique, du 1% for the planet ou bien encore du label Origine France Garantie rappelant sa volonté de privilégier tant que possible les matières premières cultivées dans nos belles régions, ils s'imposent comme autant de gages de réassurance hautement appréciables. On salue aussi sa démarche engagée en faveur du Commerce Équitable sur lequel elle s'appuie pour bien des plantes au cœur de ses créations (mélisse, badiane, fenouil... pour n'en citer que quelques-unes).** Mais surtout, ce qu'on apprécie dans toutes ses infusions fabriquées dans son atelier de Périgny, juste à côté de La Rochelle, c'est leur goût bien entendu. C'est d'autant plus vrai que cette année, la marque engagée a encore optimisé leurs profils organoleptiques pour garantir des associations de plantes encore plus équilibrées et savoureuses. L'assurance d'une pause gourmande à chaque tasse, et cela le plus naturellement du monde.

On salue aussi la démarche engagée en matière d'emballages puisqu'en plus des infusettes compostables à domicile, la marque a de nouveau amélioré ses infusions avec 41% de matières réutilisées minimum contenues dans l'emballage dont 80% de fibres recyclées pour les étuis (qui s'affranchissent aussi du film végétal qui venait jusqu'alors le sceller). **Ils en profitent en prime pour se refaire une petite beauté en adoptant une nouvelle identité visuelle plus moderne et plus claire, permettant d'identifier immédiatement le produit qui nous fait plaisir parmi la trentaine de références que propose Jardin BiO étic®.** Ça innove également à l'intérieur de la boîte puisque chaque sachet est désormais conditionné dans une bande enveloppe étanche entièrement recyclable qui permet de protéger les saveurs de chaque infusion. Bref, on peut le tourner dans tous les sens, on applaudit des deux mains (enfin, assez rapidement quand même car on aimerait pouvoir reprendre notre mug et notre dégustation !) toutes ces optimisations qui prouvent que même ce qui était déjà parfait peut encore être amélioré !



# LA DIGESTION

*Jardin BiO étic® ne la prend pas à la légère !*

On la connaît tous cette sensation de lourdeur après un repas un peu trop copieux ou de ballonnements pas franchement agréables. Alors certes, on peut attendre que la digestion se fasse d'elle-même mais si on peut lui donner un petit coup de pouce (naturel évidemment), ce n'est clairement pas de refus. **Pour achever le processus de digestion, on s'en remet alors au savoir-faire des équipes de Jardin BiO étic® et de leurs cultivateurs de plantes bienfaitantes partenaires avec lesquels ils partagent des contrats de longue durée et garantissant des pratiques responsables.** Ensemble, ils ont concocté de savoureuses infusions en sélectionnant évidemment les ingrédients reconnus comme étant les plus efficaces pour aider notre organisme à se remettre d'équerre après des agapes un peu trop généreuses. Mélisse, menthe, anis, fenouil... ils sont tous là !



**Infusion Digestion Jardin BiO étic®**  
Boîte de 20 infusettes, 2€79

Prendre son temps pour manger et bien mastiquer chaque aliment : on entend très souvent ce genre de conseils dans la bouche des professionnels de santé pour optimiser sa digestion. De notre côté, on ajoute une autre suggestion : une tasse de cette succulente infusion. Pour la concevoir, Jardin BiO étic® s'est appuyée sur la passion de producteurs de notre beau pays, ce qui vaut à ce mélange d'être labellisé Origine France Garantie. **De la mélisse et du romarin pour faciliter la digestion et de la menthe poivrée, cultivée dans les Pays de la Loire, pour son goût frais et ses vertus digestives qu'on ne présente plus... et rien d'autre puisque cette infusion est garantie sans arômes ajoutés.** Le coup de pouce parfait pour nous faciliter la vie après cette tartiflette du dimanche ou bien ce nouveau burger qu'on voulait absolument tester avec les collègues !



**Infusion Digestion Légère Jardin BiO étic®**  
Boîte de 20 infusettes, 2€79

Sur l'échelle de la pénibilité, les ballonnements se classent très haut, quelque part entre le rappel des charges de copropriété et la tasse de café renversée par inadvertance sur notre ordinateur. La bonne nouvelle, c'est que si nous n'avons pas forcément d'antidotes à proposer pour les deux derniers, on a en revanche un conseil fort malin pour atténuer le premier et participer ainsi au maintien d'un ventre plat. **Il s'agit de cette délicieuse infusion biologique, une valeur sûre présente depuis la création de Jardin BiO étic® qui ravira le palais des vrais amateurs de plantes grâce à la saveur de la menthe et de l'anis alliée à la douceur de la réglisse. Ce mélange 100% plantes bio et sans arômes ajoutés favorise le transit intestinal et aide à limiter les ballonnements, tout ce dont on a besoin.**



**Infusion Ventre Plat Jardin BiO étic®**  
Boîte de 20 infusettes, 2€79

# NETTOYAGE DE PRINTEMPS (mais toute l'année !)

Comfort food typique de l'hiver (la raclette, la vie), repas de famille pour les fêtes où l'on passe littéralement la journée à manger, pause-déj sur le pouce au bureau pour boucler les derniers dossiers avant les vacances... l'hiver n'est pas forcément la saison où il est le plus facile d'être raisonnable et une petite détox n'est clairement pas superflue. Bonne nouvelle, s'il y a bien une situation dans laquelle les infusions ont fait preuve de toute leur valeur ajoutée, c'est bien lorsqu'on recherche à purifier son organisme en favorisant l'élimination de l'eau ou bien en activant la combustion des graisses. Pour cela, pas de mystère, il convient de miser sur les bonnes associations de plantes et le mieux en la matière est de s'en remettre au précieux savoir-faire de Jardin BiO étic®.



Infusion Détox Jardin BiO étic®  
Boîte de 20 infusettes, 2€79

Aider l'organisme à éliminer les toxines ? Avec notre alimentation pas toujours raisonnable et notre mode de vie parfois plus sédentaire que ce qu'on aimerait, c'est peu de dire qu'il y a du boulot. Mais bonne nouvelle, on peut justement compter sur les bienfaits du bouleau pour nous donner un coup de pouce bienvenu. Dans cette infusion absolument succulente et que l'on sirote sans se faire prier, Il est associé à de la menthe et à de la chicorée (toutes les deux françaises, cela va sans dire) mais également à de la bardane au pouvoir détoxifiant, ou bien encore à l'hibiscus - issu du Commerce Équitable - pour favoriser l'élimination de l'eau. « Buvez éliminez » qu'ils disent à la publicité ? C'est très précisément ce qu'on a l'intention de faire avec cette recette délicieuse.

Il suffit de manger un peu trop de chocolat ou de sortir d'une période durant laquelle l'alcool a coulé un peu plus que d'habitude (« à consommer avec modération », on connaissait pourtant parfaitement les consignes) pour sentir que notre foie nous envoie quelques signaux d'alerte. On actionne donc le mode « bienveillant » pour notre organisme et on élimine les toxines. Notre nouvelle BFF ? Cette infusion bien-être du foie dans laquelle l'association du pissenlit (issu du Commerce Équitable) et du romarin favorise le bon fonctionnement du foie. Quelques tasses par jour et les premiers effets se font déjà ressentir !



Infusion Bien-Être du Foie Jardin BiO étic®  
Boîte de 20 infusettes, 2€79



Infusion Brûleur de graisses Jardin BiO étic®  
Boîte de 20 infusettes, 2€79

Adopter le jeune intermittent, compter ses calories, s'astreindre à une monodiète... faire attention à sa ligne n'est pas une mince affaire (le comble franchement !) et il n'est pas toujours simple de s'y retrouver parmi les différentes méthodes. Bien entendu, cela reste des plantes et on ne perdra pas deux tailles rien qu'avec elles mais toujours est-il que cette infusion biologique au bon goût de vanille, en complément d'une alimentation équilibrée, nous aide à stimuler la combustion des graisses. Le thé vert et le guarana (issus de filières équitables) contribuent à la combustion des graisses et sont associés au maté et au bouleau qui complètent l'action en favorisant l'élimination de l'eau en excès.

# AU'THYM on emporte le rhume

Sans surprise, c'est spontanément en hiver que l'on a plus facilement tendance à boire des infusions. Pour se réchauffer en moins de temps qu'il n'en faut pour le dire bien entendu, mais surtout parce que, et dès lors qu'on prend soin d'opter pour un breuvage à base de thym, on sait que cela constitue un coup de pouce salutaire pour aider à atténuer quelques petits maux d'hiver. Pour varier les plaisirs, Jardin BiO étic® nous propose un large choix en la matière. **Si ses recettes s'appuient sur différentes variétés, un dénominateur commun les unit malgré tout : elles sont profondément engagées en s'appuyant sur du thym cultivé de manière vertueuse\*. Que ce soit en Charente-Maritime pour son thym « classique » ou au Portugal pour le thym citronné, la marque du groupe Léa Nature collabore systématiquement avec des agriculteurs engagés pour la planète.**



**Infusion Thym Jardin BiO étic®**  
Boîte de 20 infusettes, 2€79

Si l'infusion au thym peut paraître forte pour certains palais, la marque rochelaise mise sur une variété appelée *Thymus Vulgaris* réputée pour son goût fleuri et parfumé très savoureux. On l'apprécie encore plus en apprenant qu'il provient de Charente-Maritime (et d'une filière bio, cela va sans dire), la culture du thym n'étant plus l'apanage de la seule région méditerranéenne. **Le thym n'a alors plus que quelques kilomètres à parcourir jusqu'au site de production de Périgny où est fabriquée cette infusion.**



**Infusion Thym Menthe Jardin BiO étic®**  
Boîte de 20 infusettes, 2€69

Coup de frais dans la tasse avec ce mélange Thym Menthe particulièrement appréciable après un repas grâce à sa richesse en menthe poivrée facilitant la digestion. **Cette infusion labellisée Origine France Garantie exprime la parité complète puisqu'on y retrouve 50% de thym issu de Charente-Maritime et 50% de menthe poivrée issue des Pays de la Loire.** Le match de nos belles régions, on dirait presque un battle de La Carte aux Trésors ! Une vraie déclaration au terroir hexagonal et aux agriculteurs.



**Infusion Thym Citronné Jardin BiO étic®**  
Boîte de 20 infusettes, 2€79

Le thym en hiver, c'est always a good idea parce que, en plus de ses bienfaits sur l'immunité, son parfum très aromatique et ses origines méditerranéennes nous rappellent indéniablement la saison estivale. Et ça en plein mois de février, croyez bien que ça n'a pas de prix ! Alors imaginez un instant quand il s'agit d'un succulent thym citronné provenant directement de producteurs engagés dans une démarche bio et équitable au Portugal ? Pour le coup, on a alors aucun mal à s'imaginer en train de se balader sur des petits sentiers dans la nature, cueillant quelques brins de thym citronné pour se concocter une petite infusion une fois de retour à la maison. **Plus doux en bouche il est une alternative au thym classique pour un réconfort hivernal.**



**Infusion Détente Sommeil Jardin BiO étic®**  
Boîte de 20 infusettes, 2€79

Après des journées bien remplies il est parfois difficile de se détendre et d'avoir un sommeil paisible. **C'est pourquoi, Jardin BiO étic® a créé cette infusion bio - 100% plantes et sans arômes - aux notes anisées dans laquelle le tilleul, la verveine et l'aubépine sont cultivés pour leurs propriétés apaisantes, tout ce qu'il faut en somme pour passer des nuits calmes et sereines.** Issus de filières équitables, la verveine et l'aubépine sont cultivés dans le respect des hommes grâce entre autres au préfinancement des récoltes ou encore au soutien au développement. Avec des infusettes compostables à domicile, cette infusion fabriquée en France conjugue à merveille le savoir-faire des équipes Léa Nature aux engagements environnementaux et sociaux du groupe.

# POUR DES INFUSIONS SOMMEIL ENGAGÉES, Jardin BiO étic® ne s'endort pas sur ses lauriers

Si l'on suit les conseils des spécialistes, rien de mieux qu'un temps calme avant d'aller dormir, loin des écrans qui stimulent trop notre cerveau. Un peu de méditation, une grille de mots croisés, un bon chapitre de notre livre de chevet... tout est possible en la matière et prétexte surtout à se délecter d'une bonne infusion aux plantes adaptée à ce moment crucial de la journée. Verveine, camomille, tilleul... les plantes les plus efficaces pour trouver plus facilement les bras de Morphée sont connues depuis bien longtemps, tout l'enjeu étant surtout de pouvoir s'en procurer de qualité supérieure. **Comme le ferait un herboriste passionné, Jardin BiO étic® a à cœur de proposer des plantes authentiques, et c'est la raison pour laquelle elle place ceux qui les cultivent au cœur de sa démarche.**

«Luxe, calme et volupté»? Merci mais non merci, Calme et Sérénité nous iront très bien pour remettre les compteurs à zéro après une journée effrénée. **Au doux parfum de fleur d'oranger, cette infusion certifiée Agriculture Biologique puise ses propriétés apaisantes dans une savante alchimie mêlant l'oranger bigaradier et camomille bio.** Pour ne rien gâcher, une touche de verveine issue du Commerce Équitable (et elle aussi, évidemment bio) vient potentialiser les propriétés de cette recette pour mettre au tapis stress et surmenage dès la première gorgée. Alors on ne prend aucun risque : tous au lit, c'est avis de temps calme !



**Infusion Calme et Sérénité Jardin BiO étic®**  
Boîte de 20 infusettes, 2€79

On aime beaucoup Émile & Images mais personnellement, on n'a absolument aucune envie que les démons de minuit nous entraînent au bout de la nuit et encore moins jusqu'à l'insomnie. Pour contrecarrer leurs plans démoniaques, on s'en remet à cette infusion... angélique ! **Fabriquée en France, proposée dans un étui carton composé à 80% de fibres recyclées (soit 41% de matières recyclées minimum contenues dans l'emballage)... Elle nous permet de passer de douces nuits grâce à sa délicieuse recette associant plusieurs ingrédients influençant positivement la qualité du sommeil.** Qui ça, qui ça ?? Eh bien, le tilleul, la mélisse et les feuilles d'oranger bigaradier, le tout 100% bio.



**Infusion Nuits Paisibles Jardin BiO étic®**  
Boîte de 20 infusettes, 2€79

LES INFUSIONS JARDIN BiO ÉTIC® SONT DISPONIBLES AU RAYON BIO DES GMS