



Infusion Cocktail Digest  
Les 2 Marmottes  
Boîte de 30 sachets, 5€55

# BALADE DIGESTIVE

Quand on entend le mot « digestif » en fin de repas, on sait directement à quoi s'attendre, ça sent le limoncello, le Calvados ou bien encore le petit cognac dont Pépé nous dit toujours « *goûte donc ça, tu m'en diras des nouvelles* ». Tiens d'ailleurs, est-ce que vous connaissez l'origine de ces liqueurs que l'on déguste - toujours avec modération bien entendu - en fin de repas ? Pour cela, il faut faire un saut dans le temps et remonter jusqu'au Moyen-Âge. **Au XIV<sup>ème</sup> siècle plus précisément, lorsque les moines se rendaient dans les champs pour y trouver des plantes, des graines, des écorces et même des racines aux vertus digestives, qu'ils faisaient ensuite macérer dans de l'alcool.** À l'époque, ces breuvages étaient pensés à des fins médicinales, et c'est finalement l'arrivée de l'alambic qui a joué un rôle déterminant dans son évolution. Grâce à sa capacité à distiller l'alcool de manière plus précise, l'eau-de-vie est devenue plus pure que les concoctions jusqu'alors préparées de manière très artisanales, avec en prime des goûts bien plus subtils. Cela expliqua qu'elles devinrent davantage des boissons que l'on sirotait par plaisir qu'à des fins purement médicinales.

Et ne nous mentons pas, aujourd'hui encore, lorsqu'on se laisse tenter par un petit verre d'amaretto, c'est quand même davantage pour se régaler de ses petites notes d'amande que pour sa capacité à nous éviter les ballonnements. D'autant que depuis qu'on a appris que les spécialistes s'accordent plutôt à dire que l'alcool a

tendance à ralentir la digestion (il freine la motricité gastrique et perturbe la sécrétion d'enzymes digestives), on se dit que ce remède ancestral n'est peut-être pas si pertinent que ce qu'on imaginait. Bref, il est peut-être temps de revenir au bon sens de l'époque et à l'incomparable pouvoir des plantes ? **Rassurez-vous, on ne va pas vous proposer une balade digestive qui serait l'occasion d'aller trouver quelques plantes bénéfiques (d'autant que sans vouloir être pessimiste, on va sans doute cueillir assez peu de choses sur les trottoirs du quinzième arrondissement parisien) mais simplement de vous en remettre à un sympathique duo qui fait ça très bien depuis bientôt 50 ans : Yodie et Grison, plus connues c'est vrai comme Les 2 Marmottes !**

Parmi les créations incontournables de la marque haut-savoyarde, impossible de ne pas citer son Cocktail Digest, une référence parfaitement fidèle à la philosophie qu'elle adopte pour chacune de ses créations : des mélanges 100% plantes et sans jamais d'arômes ajoutés. **Alors, après un repas un tantinet copieux (à base de fondue savoyarde par exemple), c'est sans la moindre hésitation que l'on mise sur cette recette aussi succulente que bénéfique. Graines de fenouil, Sauge, Anis vert et Romarin : Les 2 Marmottes ont clairement sorti l'artillerie douce pour nous aider à nous sentir légers, mais légeeeers !** D'ailleurs, cette infusion fait aussi du bien à la planète : entre sachets recyclables et infusettes sans agrafe, ficelle ni étiquette, elle a définitivement tout bon !

EN GMS ET SUR [WWW.LES2MARMOTTES.COM](http://WWW.LES2MARMOTTES.COM)