

# Spectacles à Strasbourg<sup>®</sup> et art de vivre

& ALENTOURS

[www.spectacles-publications.com](http://www.spectacles-publications.com)

n° 198 • Déc. 16 / Janv. 17

CULTURE / JEUNE PUBLIC / CONSO'VERT / SHOPPING / GASTRONOMIE / AUTOMOBILE / ...



# DÉ CALA GES

12 – 24  
janvier  
2017

festival  
des scènes  
du nord-alsace

SCÈNES DU NORD  
ALSACE

saverne  
haguenau  
bischwiller  
reichshoffen  
wissembourg  
sultz-sous-forêts



Grand Est

Bas-Rhin

SHOPPING

# À tester



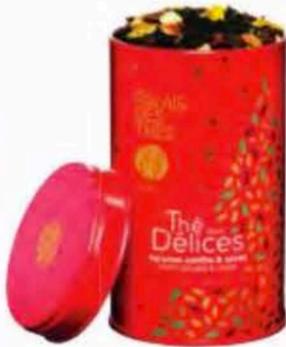
## CHAMPAGNE DE SOUSA

Découvrez une merveille de finesse pour

les fêtes avec ce Grand Cru Brut Blanc de Noirs. A l'origine de cette cuvée d'exception, le défi de travailler uniquement le Pinot Noir, cépage noble issu des terroirs de Bouzy et Tour-Sur-Marne, sublimé par 3 ans de vieillissement en cave. Ce champagne aux arômes de fruits rouges peut être servi sur du gibier, des fromages, des champignons, de la charcuterie... Les alliances surprenantes sont permises !  
35 € [www.champagnedesousa.com](http://www.champagnedesousa.com)

## THÉ DES DÉLICES DU PALAIS DES THÉS

Avec ses notes d'écorces d'agrumes acidulées, de mandarines confites et ses éclats de cacao gourmands, cette création parfumée (en édition limitée) sur base de thé noir est un délice pour les papilles.  
Boîte 120 g : 17 €  
[www.palaisdesthes.com](http://www.palaisdesthes.com)



## PAYSANS D'ICI

Il y a de bonnes raisons de s'intéresser à cette nouvelle gamme de légumineuses et céréales bio de Gascogne, issues du commerce équitable. "Paysans d'ici"

rémunère équitablement des producteurs français. Puis, ces produits, riches en protéines, fibres et vitamines, sont une alternative à la viande. Enfin, leur culture permet d'enrichir naturellement le sol sans traitement. 7 références : lentilles vertes, roses, noires, blondes, pois chiches, petit épeautre, graines de lin doré.  
De 1,90 à 4 € - [www.ethiquable.coop](http://www.ethiquable.coop)

## SAVE FOOD ALBAL

En 2011, Albal lance Save Food en Europe, initiative née d'un constat : tous les ans, près de 100 millions de tonnes de nourriture sont jetés ! Spécialiste de la conservation, Albal veut participer à la réduction de ce gaspillage. Sur un mode pédagogique et ludique, de nombreuses solutions sont proposées, permettant de mieux conserver et utiliser les aliments grâce aux film alimentaire, papier cuisson, sacs pour congeler, cuire ou conserver, barquettes...  
[www.albal.fr](http://www.albal.fr)



## BOUGIE NATURELLE PATCHOULI ORIENTAL DU LABORATOIRE DES SOURCES

Dans les senteurs suaves du Patchouli se promène la chaleur du bois de cèdre pour un voyage oriental et épicé. Les notes fleuries réhaussent la sensualité de cette bougie parfumée. Fabriquée artisanalement dans la Drôme, à partir de cires de soja et d'abeille, sans huile de palme, pour préserver la santé et l'environnement.  
13 € - [www.laboratoiredessources.com](http://www.laboratoiredessources.com)

## PÂTE À TARTINER AGLINA

Une recette à base de souchets, sans lait, sans noisettes et sans huile de palme tout en ayant un bon goût de chocolat. Résultat : une délicieuse pâte à tartiner bio, garantie sans gluten et sans lactose. Le souchet, à la saveur comparable à celle de l'amande, est source de fibres et de fer.  
Env. 4,50 € - [www.aglina.fr](http://www.aglina.fr)

## PLANTES ET CONFORT



**Vital® Detox**  
Pour une détox générale, faciliter la digestion et l'élimination, un teint plus lumineux... des gélules végétales contenant de l'extrait de brocoli et 7 plantes biologiques (chardon marie, desmodium, radis noir, artichaut, pissenlit, boldo et bardane).  
23 € les 60 gélules - [www.vitalplus.com](http://www.vitalplus.com)

## Naturactive Digestion

Ces sticks fluides renferment des extraits de fenouil, romarin et sauge sclarée qui aident au fonctionnement du système digestif, favorisant le bien-être au quotidien.  
Boîte 15 sticks : 10,50 €  
[www.naturactive.fr](http://www.naturactive.fr)



**Thym Eucalyptus Juvamine**  
Huiles essentielles de thym et d'eucalyptus, une formule qui a fait ses preuves pour soulager le système respiratoire.

Chaque capsule contient la juste dose.  
Boîte 30 capsules : 5,95 €  
[www.juvamine.com](http://www.juvamine.com)

## Arkovital® Pur'Energie

Sans ingrédients chimiques, un complément alimentaire qui apporte 9 vitamines et 5 minéraux d'origine 100% végétale (acérola, goyave, basilic, citron, curry...), utile lors des changements de saison.  
Boîte 30 comprimés : 15 €  
[www.arkopharma.com](http://www.arkopharma.com)



**TOUTE LA CUISINE facile, saine et naturelle**  
Plus de 200 recettes équilibrées pour cuisiner sain du petit-déjeuner au dîner, chacune affichant ses particularités (sans lactose, sans gluten, vegan, anti-âge, etc.) : porc au miel et au gingembre, sarrasin sauté aux légumes et spiruline, smoothie bowl glacé... Le tout avec les conseils d'une diététicienne-nutritionniste.  
Solar - 15,90 €



**SIMPLISSIME Le livre de desserts le + facile du monde**  
DE JEAN-FRANÇOIS MALLET  
Dans la série Simplissime, voici des recettes de desserts inratables à réaliser avec 6 ingrédients maximum. Pour tous les goûts : crèmes, mousses, tartes, gros gâteaux, mignardises... Super rapide et presque sans vaisselle !  
Hachette - 14,95 €

# À lire

## LE PLACARD IDÉAL

D'ÈVE O'SULLIVAN ET ROSIE REYNOLDS  
Sortez des produits de base de votre placard (parmi les 10 "produits clés" et les 20 "essentiels" non périssables), ajoutez 2 ingrédients frais et préparez l'une de ces 100 recettes originales en un tournemain.  
Phaidon - 34,95 €



## LE DICTIONNAIRE GOURMAND des recettes de nos terroirs

En ordre alphabétique, 370 recettes régionales mêlant entrées, plats, desserts... Baeckoffe, bouillabaisse, fiadone... pour un tour de France gourmand.  
Glénat - 19,90 €



## MON PLACARD SANS GLUTEN Les indispensables d'une vie sans gluten

DE FRÉDÉRIQUE BARRAL  
Une première partie détaille les fondements de la cuisine sans gluten (ingrédients à supprimer et par quoi les remplacer) et donne des conseils pratiques (où faire ses courses, etc.). Puis, l'auteur propose 40 recettes basiques pour faire ses premiers pas dans le monde sans gluten.  
Terre vivante - 14 €



## LA SANTÉ DANS VOTRE ASSIETTE

Les aliments et leurs atouts, les modes de cuisson, les régimes... Dans un style clair et plein d'humour, ce guide, préfacé par Michel Cymes, donne toutes les clés pour prendre soin de la santé de la famille.  
Somogy - 19 €