

# WISH-LIST



Boissons, livre, accessoires... en juillet, ELIANE ZASKY, notre journaliste culinaire, se met résolument en mode fruits et légumes de saison.



## Lecture gourmande

Comme le dit Nathalie Bruart, ma collègue de *Femmes d'Aujourd'hui*, «les légumes sont une source inépuisable de plaisirs en cuisine». Je la crois sans peine à la lecture de son livre qui regorge de recettes simples, appétissantes et colorées. C'est sûr, je ne regarderai plus jamais les carottes de la même façon!

LÉGUMMMH..., NATHALIE BRUART, ÉD. RACINE, 24,95 €.



### TOUCHE FINALE

Sans conservateurs ni additifs, les sauces Natura, réalisées artisanalement dans un atelier de Tubize en Brabant wallon, portent bien leur nom. Cet été, la famille s'agrandit avec trois nouveaux ketchups: le classique à la tomate et au poivron, l'épicé au piment de Cayenne et le plus surprenant à la carotte et aux épices douces.

KETCHUP NATURA, 225 G, 4 €. WWW.NATURA.BE.

Découvrez des recettes extraites du livre de Nathalie, d'autres à base des sauces Natura et des idées de préparations à la plancha sur [www.gael.be](http://www.gael.be).

### PAR TOUS LES TEMPS

Ce n'est pas parce qu'il pleut qu'on doit se priver de l'ambiance barbecue. Avec ma plancha dotée d'une plaque grill et d'une plaque lisse avec thermostats indépendants, je cuis simultanément et avec précision les viandes et poissons ainsi que leurs légumes d'accompagnement. Grâce à sa large surface de cuisson, je régale de grandes tablées et, détail non négligeable, toutes les parties mobiles passent au lave-vaisselle.

PLANCHA BARBECUE POWER, CUISINART, ENV. 200 €. WWW.CUISINART.FR.



### Trop gai!

Si la cuisine est pour vous une activité ludique, vous allez adorer ce nouvel accessoire qui transforme en quelques secondes tous les légumes et fruits à chair ferme en spaghettis, cappellinis ou tagliatelles, plus facilement qu'à la mandoline. Choisissez l'épaisseur de coupe et épatez vos convives par l'originalité de vos salades, woks et autres wraps.

MY SPIRELLI, DOMO, 59,95 €. WWW.DOMO-ELECTRO.BE.



## LIMONADES FRUITÉES

1 **Marcolini** innove avec une infusion glacée à base de fèves de cacao, sans sucre ajouté mais riche en polyphénols et en minéraux, au gingembre, au jasmin ou au citron-vanille.

BELLE TOUJOURS, BELLE DE NUIT ET BELLE DE JOUR, 33 CL, 3,5 €.

WWW.MARCOLINI.COM.



2 Les limonades bio **Bionade** présentent la petite dernière de la gamme, à base de citron et de bergamote. Une saveur fraîche, peu sucrée et élégante.

BIONADE, 33 CL, 1,05 €. WWW.BIONADE.DE.



3 Une boisson bio au citron adoucie au sucre de canne dont la bouteille recapsulable et le goût naturel rappellent les limonades d'antan.

LIMONADE BIO VITAMONT, 75 CL, 3,29 €. WWW.VITAMONT.COM.



4 Thé matcha, poire nashi, gingembre et citron: voilà les ingrédients du nouveau thé glacé de Carpe Diem. 100 % naturel, faible en calories et ultra-rafraichissant.

MATCHA, 50 CL, 1,30 €. WWW.CARPEDIEM.COM.

