



DANS LES RAYONS

Quoi de neuf en mai ?



1. BONNE GRAINE

Trois atouts pour ces graines de soja toastées : elles sont peu salées, deux fois moins grasses que les cacahuètes et constituent une source de protéines, magnésium et fer. Croquantes et à la saveur originale, elles combinent les petits creux ou dynamisent une salade.

Soya Party, Soy, 1,80 €/70 g, dans les magasins bio.

2. BIEN FRAPPÉS

Après l'indien (à la grenadine), le rasta (saveur tropicale) et l'aristo (au cassis), la gamme Orangina s'agrandit. Le samouraï vient combattre votre soif de sa vivacité citronnée et la geisha vous offre sa douceur de pêche.

Des cocktails à apprécier bien frais. *Orangina Geisha ou Samouraï, 1,69 €/1,5 l, dans les grandes surfaces.*

3. DE BEAUX PÂTONS

Bien à l'abri dans leur coffret en carton, ces pâtons frais acceptent toutes les garnitures. On étire la pâte à pizza à la main. La pâte brisée reste imperméable aux garnitures juteuses. Avec ses 192 feuillets, la pâte feuilletée est notre préférée, légère et très croustillante.

Pâte feuilletée ou brisée, 1,95 €/350 g, pâte à pizza 2,40 €/400 g, Francine, GMS.

4. SAUMON AUTHENTIQUE

Au naturel, voilà un saumon qui porte bien son nom. Élevé en Norvège selon une filière spécifique très contrôlée, le poisson est paré, salé, séché puis tranché, mais jamais fumé. On est séduit par son goût franc et la finesse de sa chair, fondante en bouche.

Saumon au naturel non fumé, Labeyrie, 5,99 €/135 g, GMS et boutiques Labeyrie.

5. AU PARFUM !

Plus proche du fruit que la liqueur, ce vaporisateur de Cointreau diffuse un parfum d'orange parfait pour la cuisine. Il fait merveille aussi bien sur un toast au foie gras que sur une brochette de fruits ou une crème brûlée. Les chefs l'utilisaient déjà, à nous d'y avoir accès.

Cointreau Cuisine, 18 €/35 cl, Lafayette Gourmet.

6. COMME À NEW YORK

Après 3 h de décongélation, on déguste ce dessert à l'américaine bien fondant, composé d'une épaisse couche de fromage blanc battu, à la texture dense et à la saveur toute douce, posé sur un lit de spéculoos émiettés. À servir avec un coulis de fruits rouges.

Cheesecake, 3,99 €/190 g (2 parts), dans les magasins Thiriet surgelés.

7. TARTINES MARINES

Parfumé au citron, aux olives ou aux 3 vinaigres, ce mélange de fromage blanc et de wakamé (algue riche en calcium, sodium, potassium et fer) se tartine sur les toasts apéritifs ou se sert en verrines. À utiliser aussi en base de sauce pour les poissons.

Mèli' Marin aux algues, Cruscana, 2,40 €/100 g, en grandes surfaces.

8. LE CANARD AUTREMENT

Taillé en larges bandes, ce magret charnu s'apprécie "rouge au cœur", tel un steak. Un régal à poêler 2 min par face et à accompagner de pommes sautées à l'ail et au persil.

Magret "façon entrecôtes", Delpeyrat, 4,95 €/220 g, GMS.

Ça arrive au supermarché

■ **Auchan.** La marque s'installe au cœur des villes sous l'enseigne "A 2 pas". Des espaces de 250 à 550 m² déclinent une offre essentiellement alimentaire. Plusieurs ouvertures sont prévues en région parisienne en 2011 et 50 magasins devraient s'implanter partout en France d'ici 2015.

■ **Leader Price.** L'enseigne lance sa gamme Leader Price Bébé, petits

pots et plats, céréales (2 €/400 g) et lait de croissance (1,41 €/l). Pour les plus grands, brique de lait aromatisé (1,64 €/6 x 20 cl), pâtes colorées ou compotes en gourde (3,20 €/12 x 90 g) sous la marque Leader Price Kids.

■ **Monoprix.** La bonnôte de Noirmoutier sera en vente, exclusivement du 6 au 8 mai. Cette pomme de terre primeur croquante est récoltée et ex-

pédiée dans la journée. Son petit goût de châtaigne vaut d'être découvert.

■ **La Vie Claire.** Le spécialiste de l'alimentation biologique propose 16 produits garantis sans gluten, dont certains, vignettés, peuvent être remboursés par la Sécurité Sociale. Pain prétranché 4,98 €/400 g, muesli aux fruits 6,29 €/500 g, spaghettis ou torsades au riz complet 4,95 €/500 g.