

TL42

concours

Kitchendiet lance le jeu « Top recette minceur 2010 » ». A vos fourneaux !

Kitchendiet, spécialiste de la livraison de menus minceur frais à domicile, lance le concours Top Recette Minceur qui se déroulera du 17 Mai au 01 Juillet 2010.

L'objectif est simple : laisser libre cours à son imagination et réaliser la meilleure recette

minceur de sa composition. Au choix : une entrée ou un plat (froid ou chaud) mais en respectant quelques règles simples : peu de céréales raffinées (pâtes, riz, pomme de terre, pain blanc...) mais plutôt des légumes, des légumineuses et des céréales complètes ; des apports protéiques (végétal, poisson, coquillage ou viande...) peu de graisses saturées.

Un week-end découverte pour 2 personnes au Mirazur chez Mauro Colagreco, cuisinier de l'année Gault et Millau 2009, est à gagner ainsi qu'un programme Kitchendiet à 1 200 calories pendant 1 mois... mais aussi des paniers de légumes frais provenant du

potager du maître maraîcher Joël Thiebault, livrés à domicile . Pour participer il suffit de déposer vos recettes sur le site www.top-recette-minceur.com et de les partager avec vos amis sur les réseaux sociaux (facebook, twitter...) pour obtenir un maximum de votes.

Les participants ayant déposé les 5 recettes qui auront recueilli le plus de votes seront invités à venir les réaliser en direct lors d'une finale qui aura lieu le 1er Juillet à 11 heures chez Événements Culinaires (Paris 9). La top recette minceur 2010 sera élue par un jury composé du chef étoilé Mauro Colagreco, du Docteur Catherine Serfaty Lacrosnière, médecin nutritionniste et de Vincent Guillet, fondateur de Kitchendiet.