

dossier **minceur** par Violaine Chatal, Emmanuel Pinon et Ghislaine Andréani



# Le B A b a de la minceur



## Menus fraîcheur

Livrés dans toute la France, les menus frais *Kitchendiet* sont riches en protéines, en Omega 3 et 6, mais ne contiennent pas de céréales raffinées. Ils sont élaborés avec **Elsio** un mélange breveté de sources de lipides, composé d'une fraction de beurre, d'huile de pépins de grenades et d'huile de colza. Mauro Colagreco, cuisinier de l'année *Gault Millau 2009*, a élaboré pour le printemps trois nouvelles recettes gourmandes.

[www.kitchendiet.fr](http://www.kitchendiet.fr)