


INSTANTS PLAISIRS par Florette

Soif d'espace et de lumière,
de fraîcheur et de légèreté,
l'été arrive ...



Besoin de se ressourcer, de respirer à pleins poumons, de renouer contact avec la nature... Avec le retour des beaux jours, les envies de plein air se font plus pressantes. Nos contemporains sont d'ailleurs nombreux à vouloir profiter du beau temps, pour faire une pause dans la journée de travail ou partager du bon temps avec leurs proches...


Plus de 2/3 des actifs* s'offrent ainsi une coupure dans la journée pour décompresser avant de reprendre leurs activités professionnelles. La pause déjeuner est alors dédiée aux occupations personnelles : faire des courses, régler quelques affaires courantes, faire du sport ou tout simplement flâner. Ils sont à la recherche de solutions-repas variées, aptes à les sustenter rapidement tout en alliant plaisir et équilibre nutritionnel, praticité et satiété.

Ceux-là mêmes qui consacrent moins de 15' à leur déjeuner pendant la semaine prennent grand plaisir à laisser le temps s'égrener lors du week-end. Ceux qui disposent d'un jardin ou une terrasse convient volontiers leurs proches à déjeuner dehors, les autres ouvrent grand leurs fenêtres pour faire entrer le soleil... Et tous composent de belles salades rafraîchissantes et légères pour combler les appétits.

Avec ses crudités, légumes, salades, herbes aromatiques, sauces et mélanges de jus de fruits et légumes, Florette s'inscrit comme la parfaite complice de ces « Instants Plaisirs ». Au sein de son offre généreuse en végétaux frais prêts à l'emploi, chacun trouvera des idées simples et rapides pour manger aisément les cinq fruits et légumes quotidiens recommandés par le PNNS.



* Etude Snacking Eurostaff 2006



INSTANTS PLAISIRS par Florette

Vive les beaux jours
On peut enfin
déjeuner dehors !

Exit les discussions entre collègues, il fait trop beau pour aller à la cantine. C'est le moment de quitter son bureau pour aller se balader, prendre l'air et recharger ses batteries sous le soleil de midi. Les jardins publics sont ouverts, il suffit d'y pénétrer pour changer d'univers. Il est également appréciable de déambuler dans la ville, de repérer le nouvel endroit dont tout le monde parle, de faire du lèche-vitrine... Moment volé au quotidien, temps à garder pour soi.

Pour équilibrer son menu, manger varié, léger et faire le plein d'énergie, on emportera de quoi se nourrir convenablement en respectant les consignes du PNNS : Florette propose notamment les Plaisir Frais à grignoter, deux plateaux individuels, composé chacun de 3 crudités et d'une sauce au raifort : « Carottes, Radis, Epis de Maïs » ou « Carottes, Tomates cerises, Chou-fleur » vont enchantez les amateurs de dips !

Ceux qui préfèrent les salades composées adopteront dans la même gamme le Saladier Crudités qui mêle, dans un petit saladier individuel, du Chou Blanc, de la Betterave, de la Frisée et de la Carotte ainsi qu'une Sauce Vinaigrette, à ajouter au dernier moment pour un maximum de fraîcheur.

Pour satisfaire les envies de salades, Florette a imaginé le Mini Mélange Gourmand : dans leur sachet prévu pour une personne, Frisée, Mâche et Chicorée Rouge forment un harmonieux mélange. De même la Mini Laitue Iceberg, parfaite pour compléter un sandwich, sera très appréciée des amateurs de feuilles craquantes.

Incontournables, les Baby Carrots de Florette se picorent du bout des doigts. On les déguste sans modération, natures ou relevées d'une sauce préparée par Florette : au choix Ail et Ciboulette ou Sauce Allégée.

	Poids net	DLC (jours)	PVC (euros)
Plaisir Frais à grignoter Radis	220 g	6	2,90
Plaisir Frais à grignoter Tomates Cerise	220 g	6	2,90
Plaisir Frais Saladier Crudités	170 g	6	2,20
Mini Mélange Gourmand	70 g	7	1,30
Mini Laitue Iceberg	90 g	7	1,10
Baby Carrots	250 g	12	1,90
Sauce Ail et Ciboulette	175 ml	25	1,90
Sauce Allégée	175 ml	25	1,90



INSTANTS PLAISIRS par Florette

Que les amateurs de verdure se réjouissent,
les salades et les crudités font leur grand retour!

Dès les premiers rayons de soleil, les citadins se précipitent qui à la campagne, qui dans les parcs et jardins pour partager un moment convivial entre amis ou en famille.

Le bonheur est là, d'être ensemble. On laisse tomber le tablier du chef pour organiser un déjeuner à la bonne franquette où grillades, tartes salées, crudités et grandes salades composées se partagent les honneurs. Les terrines côtoient les verrines, les smoothies croisent les apéros, les végétaux font leur numéro ; antipasti et autre tartines sont de la partie. On profite de chaque instant tout en se régaland d'une cuisine d'été légère et parfumée.

Justement, Florette a préparé quelques compositions croquantes :

- Betterave, Chou Blanc, Frisée, Carotte, le Mélange Quattro est tout prêt, tout frais si bien qu'il ne reste qu'à l'assaisonner à sa convenance pour se régaler de quelques crudités particulièrement rafraîchissantes. Florette l'a pensé en format Maxi pour qu'il y en ait pour tout le monde.

- Toute en délicatesse, la Frisée Fine et Jeunes Pousses de Florette associe à de la frisée fine de tendres jeunes pousses de Betterave et de Tat Soi pour une exquise salade aux couleurs singulières et au goût subtil qui en étonnera plus d'un !

- Scarole, Frisée, Chicorée rouge, voilà encore une jolie idée de Florette pour nous faire déguster plusieurs végétaux ! Avec la Salade Maxi Composée, les exigences diététiques des uns se concilieront aux impératifs gourmands des autres et les envies de tous seront satisfaites en un clin d'œil.

Manque-t-il une herbe fine pour rehausser un plat ? Florette est là avec une large palette d'herbes aromatiques fraîches qui exhalent dans le plat tout leur parfum. L'estragon frais par exemple dynamise divinement les sauces auxquelles il ajoute une touche inoubliable.

	Poids net	DLC (jours)	PVC (euros)
Maxi Mélange Quattro	350 g	5	2,30
Frisée Fine et Jeunes Pousses	200 g	6	2,90
Salade Maxi Composée	350 g	6	2,80
Estragon	11 g	5	1,50



INSTANTS PLAISIRS par Florette

Secrets d'été de Florette

Pour surprendre les uns comme les autres et régaler tout le monde, Florette propose quelques uns de ses trucs et astuces qui contribueront pleinement à la réussite de ces « Instants Plaisirs ».

Marinade Florette pour vos brochettes de légumes:

Ingrédients :

Huile d'olive

Quelques feuilles de basilic Florette

2 cuillères à soupe de pignons de pin

1 gousse d'ail

Mixer l'ensemble, en enduire les brochettes et laisser mariner 30' avant de mettre au grill. A goûter absolument avec des brochettes de légumes, pour satisfaire nos amis végétariens autant que pour déguster notre ration quotidienne de fruits et légumes frais !

Saumon fumé en nem de Florette :

Ingrédients pour 4 personnes :

1 sachet Mélange Catalan Florette

8 belles tranches de saumon fumé

100 g de crème fraîche

1 jus de citron

1 sachet de cresson Florette

1 sachet de menthe Florette

3 c.à s. d'huile d'olive

1 c.à s. de vinaigre balsamique

sel et poivre

Temps de préparation : 15 mn

Mélanger la crème fraîche avec le jus de citron, le sel et poivre et la menthe ciselée.

Assaisonner le Mélange Catalan avec cette crème.

Poser ce mélange sur chaque tranche de saumon fumé et rouler.

Assaisonner le cresson avec le vinaigre balsamique, l'huile d'olive.

Dresser le nem sur la salade de cresson.

