

---

**REVUE DE PRESSE** > RETOMBÉES PRESSE  
NOVEMBRE 2014 – JUIN 2015

---

**EXTRACTEUR KUVINGS DE**

**WK** :  
**warmcook**



---

# FRANCE 2 « C'EST AU PROGRAMME »

8 JUIN 2015

---



## Bar mise en-œuvre

... comme  
... des mar-  
... une nou-  
... culinaires  
... premier produit  
... un prépara-  
... végétales, le  
... spécialisation est  
... S. Le Mixxer  
... programmes  
... neuf prépara-  
... sions végé-  
... froid, soupes  
... minées,  
... shakes,  
... repas  
... d'un  
... pour  
... ions  
... ie

... broyer  
... fines comme  
... l'avoine, le qui-

... de la boisson  
... prése quelque  
... en 2014, en  
... volume et de  
... ion le fabricant.  
... ra donc une  
... mmateur souf-  
... d'intolérances  
... hant que l'into-  
... e, par exemple,  
... C des Français  
... tion mondiale.  
... irecteur général  
... précisé qu'outre  
... s spécialement  
... omme l'Happy  
... partie, car en  
... site avec le seg-  
... re. Par ailleurs,  
... venue la marque

Mixxer est équipé d'un bol en inox (1,5 l) et d'une fonction maintien au chaud de 60 minutes. Il est fourni avec un tamis, un bol de trempage, une brosse et un livre de 50 recettes. PVC, 149,99 €.

leader sur les théières électriques. Pour le rester, elle s'offre sa première campagne de publicité TV avec sa théière Chà Dao. En tout, 400 spots de 15 secondes sont diffusés du 25 mai au 15 juin sur BFM TV, en soirée, ainsi que dans les émissions de décoration, de cuisine et de voyage de France 5 (*L'Chappées Belles*, *Les Escapades de Petitrenaud*, *La Maison France 5*) afin de viser un public de femmes actives, plutôt CSP+ • AC.



## PEM

## Warmcook, le plein de vitamines

Kuvings's, c'est son nom, est un extracteur à jus proposé par la société de distribution Warmcook. Doté d'un système de pression à froid et d'une vitesse de rotation de seulement 60 tr/minute (contre 10 000 et 20 000 tr/minute en moyenne pour les centrifugeuses), il permet de garder 100 % des valeurs nutritives des aliments. Et, pour le côté pratique, les fruits et légumes sont broyés sans avoir besoin de les couper au préalable. Le produit est déjà commercialisé et vise un public à la recherche d'un équilibre nutritionnel, c'est pourquoi Kuvings's sera distribué auprès des chaînes spécialisées dans les ustensiles de cuisine mais aussi au sein de magasins bio ou de sport. Une occasion pour François Chapuis, médecin du sport et ancien médecin de l'équipe de France de Ski, de rappeler « que manger des fruits et légumes participe à la prévention des maladies comme la surcharge de poids, le diabète, les maladies cardio vasculaires, le cancer, l'ostéoporose, et contribue à un apport en eau,

vitamines, minéraux, oligo-éléments et fibres. Avec, en plus, un effet beauté et antioxydant. » Kuvings's est vendu 449 € (TTC) et son moteur est garanti 5 ans. • AC.

Kuvings's existe en trois couleurs: rouge, blanc et gris.



C'est pratique

## SHOPPING

### Je veux faire des jus maison

En vogue, les nouveaux extracteurs permettent de réaliser des cocktails de fruits et légumes super vitaminés. Les appareils et critères à privilégier.

PAR FANNY DALBERA



#### ▲ Performant

C'est l'un des must du marché : un moteur très puissant et silencieux. Facile d'utilisation avec sa large embouchure, il est aussi très résistant (5 ans de garantie). 240 W. H 42 cm. Kuvings chez Crudjus, 449 €.



#### ◀ Carrossé

Tout nouveau, tout beau, cet extracteur combine plusieurs atouts : une large embouchure, un moteur efficace et trois filtres pour pulpes fine ou épaisses et coulis. 250 W. H 45,5 cm. Artisan, KitchenAid, 479 €.



#### ◀ Classique

Un extracteur vertical, chic et sobre en noir, parfait pour s'inscrire et briser le meilleur des fruits et légumes. Les ingrédients à longues fibres (côleri, herbe de blé...) ne lui font pas peur. 180 W. L 44 x P 19 x H 35 cm. Solo Star III, Keimling, 349 €.



#### ▲ Accessible

Facile à utiliser et pratique (peu de composants, et ceux-ci peuvent tous être nettoyés au lave-vaisselle), cet extracteur permet de se lancer sans trop se ruiner. Une bonne entrée en matière. 400 W. H 49 cm. Nutriju, Siméo, 230 €.



#### ◀ Élégant

Silhouette design, coloris tendance, ce tout dernier modèle américain (débit de jus plus rapide, goût plus pratique) permet de réaliser aussi bien des jus santé que des lattes végétales ou des purées pour bébé. BPA-free, sans BPA. 150 W. H 40 cm. Solo Green 30, Keimling, 339 €.

## JE L'ADOpte SI...

**1** Je veux profiter des vitamines. Les extracteurs de jus fonctionnent avec une vis sans fin actionnée par un moteur électrique. La rotation lente permet de ne pas chauffer les ingrédients lorsqu'ils sont broyés. Une méthode plus respectueuse de l'aliment, qui préserve au mieux les bienfaits nutritionnels et un maximum de saveurs.

**2** J'ai des enfants qui boudent la verdure. Soudain, le mélange pomme, épinard, fenouil et gingembre passe comme une lettre à la poste. C'est bon, et en plus c'est beau. Là encore, petite différence avec un jus réalisé avec une centrifugeuse : la boisson s'oxyde moins, la couleur ne vire pas et le jus reste homogène.

**3** Je mise sur la facilité d'usage. Au-delà du respect des aliments, l'extracteur est facile à vivre : moins bruyant qu'une centrifugeuse, plutôt simple à nettoyer (il y a moins de pièces), il est doté d'un meilleur rendement. Sur les modèles à la verticale, l'embouchure est plus large et permet donc d'obtenir sa boisson plus vite.

diet  
conseil

Les nouvea

## Cure de jus mode d'emploi

La juicemania arrive des USA. Là-bas, toutes les stars en boivent pour être au top. Mais gare à l'excès ! Par Florence Daine

### 3 raisons de s'y mettre

**UN COUP DE FOUET AUX DEMI-SAISONS** Les brusques variations de température mettent les défenses immunitaires à plat. Solution ? Une cure de vitamine C : 1 à 2 jus de légumes et 1 jus de fruits par jour pendant deux semaines. Mixez sur des mix à base d'agrumes ou des formales vertes (épinards, chou, poivron...). Ajoutez une poignée de cassis surgelé, le jus d'un citron ou du persil. Parsemez de cannelle, germe de blé, pignons, cumin ou curry, riches en fer ou zinc, synergiques avec la vitamine C.

**EFFET DÉTOX APRÈS DES AGAPES OU UN STRESS** Les boissons hyper nature, alliant de multiples antioxydants (vitamines C et E, bêta-carotène, polyphénols), une action drainante et un effet alcalinisant pour neutraliser l'excès d'acidité sont les piliers d'une bonne détox. La dose : 2 à 3 verres par jour pendant deux ou trois semaines. Mélangez des fruits et légumes de couleurs différentes aux vertus complémentaires. Et continuez à manger poisson, viande maigre, yaourts et féculents digestes (riz, quinoa...), sinon vos muscles vont fondre !

**POUR BOOSTER SA CONSO DE FRUITS ET LÉGUMES** Pas évident d'atteindre les « cinq par jour » recommandés ! En buvant un grand verre de jus le matin au petit déjeuner (orange/carotte...) ou le soir en guise d'apéritif (to-



mate/céleri...), on assure déjà deux portions ! Un bon plan également pour les enfants peu fans de pommes ou de brocolis ! Attention, veillez aussi à manger des fruits entiers riches, en fibres et plus rassasiants.

### Fait maison ou tout prêt ?

**VERSION HOME MADE** La nouveauté, ce sont les extracteurs de jus (type Crudijus de Kuvings) qui pressent à froid. Comme ils fonctionnent à faible vitesse, ils ne chauffent pas, d'où une bonne préservation des vitamines. Avant d'investir (env. 400 €), soyez sûre de vous en servir souvent ! Sinon, avec une centrifugeuse ou un blender, on peut obtenir des jus ou smoothies vitaminés en prenant des précautions : utiliser des produits de saison plus riches en micronutriments. Les choisir bio ou les peler et les citronner avant de les presser. Boire le jus dans l'heure qui suit ou le conserver au frais, deux ou trois jours maximum.

**OPTION TOUT PRÊT** Les jus pasteurisés à froid, qui se conservent grâce au nouveau procédé « HPP » sous haute pression, conservent le haut de gamme (In Fruit, Yumi...). Moins chers, les jus vendus au rayon frais qui n'ont subi qu'une flash-pasteurisation mais dont la teneur en vitamines est correcte (Innocent, Tropicana...). A lire : « Cures de jus », M. Damon, Leduc S éditions.

Notre  
experte

Dr Paule Nathan  
endocrinologue  
nutritionniste



« A la croque,  
c'est bon aussi ! »

A boire ou à manger : quelles différences pour les fruits et légumes ? Si les jus de bonne qualité contiennent tous les minéraux et les vitamines des végétaux, ils n'apportent pas leurs fibres. Or, nous manquons pour la plupart de ces nutriments qui régulent le transit et constituent des coupe-faim naturels. C'est la raison pour laquelle nous ne pouvons pas remplacer toutes nos portions de fruits et légumes par des jus.

Privilégier le cru, est-ce meilleur pour la santé ?

Qu'ils soient entiers ou sous forme de jus fraîchement pressé, ils apportent deux ou trois fois plus de vitamine C, qui est largement détruite par la chaleur quel que soit le type de cuisson. D'ailleurs, on conseille de manger au moins une cruditée ou un fruit cru à chaque repas pour avoir son quota. Comparés à des végétaux cuits à l'eau, ceux qui sont consommés crus sont plus riches aussi en potassium et en vitamines B. Bon à savoir : à la vapeur, les minéraux sont conservés, et il y a peu de perte en vitamine B.

Jus de fruit ou de légume, c'est pareil pour l'organisme ?

Non ! Les jus de fruits fournissent plus de sucres, en particulier du fructose dont il ne faut pas abuser. De récentes études montrent qu'en excès, ce glucide est transformé en graisses qui viennent s'ajouter à nos réserves, et cela peut élever le taux de triglycérides dans le sang. C'est pourquoi dans une cure détox, on peut boire plusieurs jus de légumes par jour mais un seul jus de fruits.

\*Auteurs du « Guide de sagesse alimentaire », L'Éditeur éditions.

Mon  
compteur  
calories

0 0 1 3 kcal =

1 biscuit  
langue  
de chat

=

100 g  
d'asperges  
(Géant Vert)

=

100 g de  
haricots  
beurre  
(Cassegrat)



ALIMENTATION / SHOPPING

## Notre sélection de nouveautés

### 1. Une detox en deux thés trois mouvements

Cette startup berlinoise se lance en France. Elle s'est donnée pour mission de redéfinir l'expérience de dégustation du thé en y intégrant nos objectifs de santé contemporains. On ne garde que la detox, les grandes concentrations en antioxydants, les leçons de voyages et les conseils d'experts nutritionnistes ! Le programme Skinny Detox, référence phare de la marque, propose deux thés bio, un pour le matin et un pour le soir, concentrés en herbes nettoyantes pour purifier le corps, l'aider à rester en forme et se débarrasser des kilos superflus. Au réveil, on boit : thé maté d'Amérique du Sud, baie de goji, thé vert, ortie et pissenlit. Et le soir, c'est le bouquet : fleurs d'hibiscus, de saureau, de citronnier et de bleuet, rootbois, feuilles de citronnelle, menthe poivrée et avoine verte.

**Marque** Teasx.  
**Référence** Puri Skinny Detox Good Morning + Good Night (2 x



50 g, pour 14 jours, 24,90 €).  
**Label** BIO (Allemand), label européen.  
**Disponibilité** Mars 2015.  
**Points de vente** Site internet de la marque.  
**Infos** [www.teasx.de](http://www.teasx.de)

### 2. Café avec la crème

La laiterie artisanale Pichalou, dans le Périgord noir, lance sous

cette nouvelle marque des recettes gourmandes entières de ses végétaux. Inédit, mais aussi un excellent exemple de fabrication artisanale.

### Outillé

#### Bar à jus et cures detox à domicile : l'extracteur au top

Le dernier né de Kuving's (sélection du Grand prix de l'innovation de la Foire de Paris en mai) a déjà séduit toute la planète bio (Marie Chioca, Valérie Cupillard...). Pour cause, il frise la perfection :

extraction à froid plus rapide grâce à un moteur puissant, design, place, facilité de nettoyage (en 3 minutes, avec les brossettes fournies), large embouchure qui accepte des végétaux peu détaillés, praticité (le poussoir ne sert que de temps en temps pour une feuille récalcitrante), solidité... On peut tout lui demander : jus, mais aussi sorbets, purées, compotes crues et même un smoothie, un jus plus épais mais moins facilement assimilable puisqu'il garde ses fibres. Avec autant de qualités, cette « bête d'extracteur » assume sans broncher une utilisation quotidienne familiale. Il produit un jus sans fibres et 100% nutritifs, assimilables par l'organisme en 15 minutes. Le plus bel accessoire de forme et de beauté qu'on puisse s'offrir. **Marque** Kuving's. **Référence** Crudijus B6000 Whole Juicer, 4 couleurs (blanc, blanc et noir, acier ou Bordeaux), 439 € (lot d'accessoires sorbet + smoothie 49 €). **Disponibilité** Janvier 2015. **Vente, recettes et blog** [www.crudijus.fr](http://www.crudijus.fr)



### Outillé

#### Bar à jus et cures detox à domicile : l'extracteur au top

Le dernier né de Kuving's (sélection du Grand prix de l'innovation de la Foire de Paris en mai) a déjà séduit toute la planète bio (Marie Chioca, Valérie Cupillard...). Pour cause, il frise la perfection :

extraction à froid plus rapide grâce à un moteur puissant, design, place, facilité de nettoyage (en 3 minutes, avec les brossettes fournies), large embouchure qui accepte des végétaux peu détaillés, praticité (le poussoir ne sert que de temps en temps pour une feuille récalcitrante), solidité... On peut tout lui demander : jus, mais aussi sorbets, purées, compotes crues et même un smoothie, un jus plus épais mais moins facilement assimilable puisqu'il garde ses fibres. Avec autant de qualités, cette « bête d'extracteur » assume sans broncher une utilisation quotidienne familiale. Il produit un jus sans fibres et 100% nutritifs, assimilables par l'organisme en 15 minutes. Le plus bel accessoire de forme et de beauté qu'on puisse s'offrir. **Marque** Kuving's. **Référence** Crudijus B6000 Whole Juicer, 4 couleurs (blanc, blanc et noir, acier ou Bordeaux), 439 € (lot d'accessoires sorbet + smoothie 49 €). **Disponibilité** Janvier 2015. **Vente, recettes et blog** [www.crudijus.fr](http://www.crudijus.fr)





## Bonne table

À TABLE LA CARTE

### LE BICHAT

Cette cantine bio est une affaire de famille montée autour d'Augustin LeGrand, connu comme porte-parole des sans-abris du curial Saint-Martin (Les Enfants de Don Quichotte), militant dans l'âme et désormais activiste contre la malbouffe. Le grand et écolo-citoyen, entouré de ses proches pour lancer une cantine produits de saison, bio et le fait-maison. Spécialité: les bols crus, légumes, riz, boulgour ou lentilles, herbes et truffe à faire twister avec poulet, maqueleau ou total végétarien. Simple, sain, efficace et pas cher: on y fonce du petit déj' à la soupe du soir!

Ticket moyen • 10-15 euros.

Truc en + • la mazzarone pour obtenir tranquillité avec son Bougour.  
Adresse • 11, rue Bichat, à Paris (10<sup>e</sup>).

## Sexy Chef

Derrière son comptoir rétro, peinturluré comme dans le temps, Lucio Hornero fait revivre la bonne épicerie de quartier. 100% bio et déniche exclusivement des produits français. Ancien producteur dans l'événementiel, ce fils d'un Espagnol et d'une Française vient d'ouvrir avec sa compagne Maud, sa seconde épicerie parisienne (43, rue de Verneuil, 7<sup>e</sup> et 1, rue Moncey, 9<sup>e</sup>). Les branchés du 9<sup>e</sup> comme les maisons de mode parisiennes, Rykiel, Berluti et Hermès, s'y pressent déjà.



## Tendance nature

### LES BOISSONS VÉGÉTALES

Valeur sûre des magasins bio, et spécialité des boissons végétales (donc sans lait de vache ni lactose), la marque **Bonneterre** propose deux nouvelles variétés aux saveurs carrément addictives, amande-caramel et sa pointe de sel ou chocolat-noisettes. À partir de 3,12 euros le litre.

Disponibles en magasins bio.



### LA BOÎTE À CHAMPIGNONS

Pour sauver les urbains assoiffés de nature, voici le kit pour cultiver ses pleurotes à la maison. Ouvrez la boîte, arrosez 2 à 3 fois par jour et cueillez vos premiers champignons au bout de 10 jours (soit 300g). Cultivés sur du marc de café recyclé, ils peuvent donner 3 à 4 récoltes.

Kit, 14,90 euros sur [Leboiteachampignons.com](http://Leboiteachampignons.com)



## De l'art du bon jus

### L'EXTRACTEUR

Pour un jus de fruits vitaminé, la tendance est à l'extracteur de jus. Plus efficace qu'une centrifugeuse ou qu'un blender, l'extracteur utilise une ou plusieurs vis qui vont écraser et broyer les fruits et les légumes sans les chauffer, séparer les fibres et préserver ainsi nutriments et vitamines.

À partir de 26,90 euros chez Conny ou en version plus chère chez Conny ou Conny, voir [www.conny.fr](http://www.conny.fr)



VITAMINÉ!

### Santé / Produits

#### Cocktail « bonne mine »

Riche en carotte, citron, orange, pomelo et mandarine, le tout relevé d'une petite note chaude de gingembre frais, ce succulent cocktail sans alcool est aussi bienfaisant pour la santé qu'exquis à savourer.

**S**i vous souhaitez faire profiter vos enfants de cette petite « bombe » en vitamines qui leur donnera de si jolies couleurs (vitamine A) tout en boostant leurs défenses immunitaires (vitamine C), supprimez le gingembre qui pique un peu trop les jeunes papilles, remplacez le citron par une démentine, et éventuellement le pomelo par une orange : le résultat sera d'une douceur de miel !



Mais pour les « grands » (qui surveillent parfois un peu leur ligne...), mieux vaut préférer la version initiale légèrement acidulée qui présente un indice glycémique plus raisonnable et ne perturbera donc pas la glycémie. D'un point de vue nutritionnel, ce cocktail est idéal au goûter (avec par exemple une tranche de pain d'épice maison et/ou quelques carreaux de chocolat noir), ou en guise de repas du



soir très « détox » après un déjeuner un peu trop copieux... Hum, le soir du 25 décembre par exemple ?

**Ingédients pour 2 très grands verres, ou 4 verres de taille moyenne**

Préparation : 5 min

Élément utilisé : le filtre à jus (voir Extracteur Kuvings : [crudijus.fr](http://crudijus.fr))

1 citron, 1 orange, 1 pomelo, 2 clémentines, 2 carottes, 1 cm de gingembre frais



#### Nota :

Si votre budget vous le permet, mieux vaut choisir des agrumes bio ou non traités. Idem pour les carottes, qu'il ne sera alors même pas nécessaire de peler !



Brosser les carottes sous l'eau (ou les éplucher si elles ne sont pas bio) et peler les agrumes. Recouper les carottes en gros tronçons de 4 cm environ, le pomelo en 4, le citron et l'orange en deux.

Passer le tout au filtre à jus, en insérant le gingembre en milieu d'extraction.

Savourer aussitôt.

Contact : Marie Chioca  
[www.mariechioca.canalblog.com](http://www.mariechioca.canalblog.com)

Régénérez vos cellules par un apport massif en minéraux, vitamines, enzymes et antioxydants.

LARGE ENBOUCHURE

L'EXTRACTEUR DE JUS NOUVELLE GÉNÉRATION

# Kuvings®

SIMPLE D'UTILISATION • FACILE À NETTOYER • VITESSE D'EXTRACTION LENTE 40 TOURS/MN  
POUR COMMANDER, CONTACTEZ-NOUS AU 09 80 53 32 37 OU SUR [CRUDIJUS.FR](http://CRUDIJUS.FR)



ACTU PRODUITS

PARAGÉTIAN LÉPÈRE

### NOUVELLE GAMME SKINS® A400

La marque Skins® lance une nouvelle révolution scientifique sur le marché de la compression. Elle propose au renouvellement de sa gamme A400, qui propose une meilleure régulation de la température pendant l'exercice, comme si vous ne portiez pas de vêtements. L'une des innovations principales dans le renouvellement de la fameuse gamme A400 est l'utilisation de la technologie Adaptive Dynamic Cooling, une technologie intelligente développée par l'entreprise suisse Meilü.

Collant long : 129 € TTC  
 Collant 1/2 tight : 85 € TTC  
 Collant 3/4 : 110 € TTC  
 Top Manches longues : 100 € TTC  
[www.skins.net](http://www.skins.net)

### LE CRUDIJUS, L'APPAREIL BIEN-ÊTRE DE LA CUISINE

Nouvel entrant sur le marché français de l'électroménager haut de gamme, le Crudijus Kavings® s'inscrit dans la génération « slow » des extracteurs de jus. Plus performant, très facile à utiliser et à nettoyer, il se prête à une utilisation quotidienne bénéfique à toute la famille. De retour de votre entraînement, vous pourrez désormais profiter d'un jus homogène aux nombreuses vertus nutritives conservées grâce à la basse vitesse de l'extraction.

Le Crudijus Kavings® : 439 €  
 vendu sur Internet sur le site : [www.crudijus.fr](http://www.crudijus.fr)



### VOTRE NOUVEAU COMPAGNON HYDRATATION

En constante évolution, la marque Mombento® poursuit sa réflexion de développement en étant à l'écoute de son marché. Comme pour son slogan « Mangez où vous voulez », elle vient aujourd'hui lever d'autres obstacles en lançant une gamme isotherme dédiée aux aventuriers de l'extrême comme du quotidien. Un nouvel univers qui ouvre ses portes avec comme première création la MB Steel, une bouteille réutilisant tous les atouts, comme son diffuseur intégré au bouchon, pour accompagner les boveurs nomades dans toutes leurs expéditions.

MB Steel - Mombento® : 29,90 € - [www.mombento.com](http://www.mombento.com)



IRÉDACTIONNEL

## RATHON : VEZ PLUS LOIN !

Grâce aux innovations de la marque Oakley®, tous les athlètes peuvent optimiser leur vision dans tout environnement sportif. Le modèle Flack Jacket intègre de nombreuses technologies. O-Matter, un matériau de monture ultra-léger et résistant s'associe à des verres High Definition Optics (HDO), filtrant tous les UV. Avec sa précision optique, la Flack Jacket vous offre une vision périphérique optimisée, d'un grand confort.

**LE PLUS :** Des verres interchangeables s'adaptent à toutes vos situations de courses mais vous avez également la possibilité d'y ajouter votre correction.

Rendez vous chez Liz et Lorenz® opticiens, partenaire officiel d'Oakley® France, et personnalisez votre modèle à la vue afin d'augmenter votre performance.

OFFRE SPÉCIALE POUR LES LECTEURS DE SANTÉSPORTMAGAZINE : -20 % SUR TOUTE LA GAMME OAKLEY, AVEC OU SANS CORRECTION.



liz & lorenz  
...opticiens

Liz et Lorenz opticiens, 11 bis Boulevard Haussmann 75009 Paris.

# LE PARISIEN

## DIMANCHE DU 19 AVRIL

photo: les réflexes automobiles revoient

### plaît bilistes

ère évolution du Can-Am. Une  
air à la stabilité d'une auto.

ghiales. Leur position impo-  
se de conduire les jambes en  
avant, à la manière des bi-  
kers sur Harley-Davidson.  
Un choix revendiqué par le  
constructeur pour séduire  
un plus grand nombre d'uti-  
lisateurs.  
Mais la ressemblance avec  
un deux-roues s'arrête là.  
car si le Spyder accélère  
comme une moto, comme une  
route vire à plat comme une  
automobile. Voilà pourquoi  
les motards y vont durs,  
pour qu'il se penche dans les  
virages est une seconde na-  
ture auront un peu de mal à  
adhérer au concept...

**JEAN-MARC NAVARRO**  
A partir de 18 999 €  
(boîte manuelle).  
Renseignements :  
<http://fr.byp.com/spyder>

**vinco** **leparisien.fr**  
A l'attaque  
sur l'île de Majorque

biomimétisme pour appar de voitures...  
l'assureur les travaux, en plus dans  
une économiste de servir le pouvoir, mais  
changer par à haute vitesse en 100 m...  
oublier de prendre son temps.  
Mini-Lorraine, 3.90 €

### Les jus ont tout bon

**DIÉTÉTIQUE.** De fruits ou de légumes de saison, ce sont des  
mines de vitamines. Aux beaux jours, pas question de s'en passer.

**ALORS QUE LES RAYONS** reçoivent de ter-  
dote fraie plus colorés les uns que les autres,  
sont les plus savants que de saison, on les de  
finis en de légumes saisonniers? L'été, plus  
quand d'est un excellent complément alimentaire,  
tains, comme l'assure le docteur François Ché-  
sch, qui en est adepte. Citrus de fruits de  
d'été, notamment de l'espèce dite « de fruit  
d'été », sont les plus intéressants, comme en  
marché (tant en fruits que en jus), car ils  
n'ont jamais été aussi disponibles, comme en  
d'été, et les appareils électroménagers  
sont capables de leur part de n'importe quel pro-  
duit végétal.

Pour se faire plaisir en quelques minutes, il  
suffit d'exprimer à la maison un jus de fruits avec  
les ingrédients avec une « presse » ou un presse-  
à jus. On les trouve dans le com-  
merce pour une somme com-  
prise entre 300 € et 500 €.

On les trouve dans le com-  
merce pour une somme com-  
prise entre 300 € et 500 €.

### Une idée de recette

Après un hiver long et fatigant, rien de mieux  
qu'un jus « récup » concocté par Wamcock,  
une société qui commercialise des ustensiles  
de cuisine.  
Pour deux verres de jus vert  
- 1 grappe de raisin (antioxydant)  
- 2 livres pelées et coupées (vitamines)  
- 1 brocoli coupé en petits morceaux  
(alcalinisant contre les algues d'estomac)  
- 2 feuilles de menthe (saveur)  
Les jus doivent être consommés au frais,  
jusqu'à quarante-huit heures, et transportés  
dans des contenants opaques et isolants.

Les arctiques de jus sont encore  
plus efficaces que les centrifugeuses  
pour obtenir de beaux jus colorés  
naturels optimaux. (20)

les classiques, ces boissons valent tous leurs  
médiments présents et utiles par l'omni-  
me. « Ils apportent rapidement une sensation  
d'exemple d'hydratation et de bien-être », dit  
que François Chérisse. Ce système permet de  
obtenir jusqu'à 30 % de jus supplémentaires en com-  
paraison avec un pressoir classique. Quant aux fibres nu-  
tritives, elles sont encore dans des jus de  
cette nature. Elles sont recommandées pour  
faciliter le transit intestinal même si elles ont  
peut-être un effet laxatif. Elles sont recommandées  
pour les personnes souffrant de constipation, mais  
pas recommandées pour les personnes souffrant  
de troubles digestifs. Elles sont recommandées  
pour les personnes souffrant de troubles digestifs.  
Elles sont recommandées pour les personnes souffrant  
de troubles digestifs.

**A LIRE**  
« Mes cures de jus et smoothies » de Chico  
Shigeta, 9,90 €, Ed. Marabout.  
« Le Régime Jus » de Jason Vale, 12,00 €  
Ed. Hachette pratique.  
« Les Incroyables Vertus des Jus de  
Légumes » de Sylvain Baudouin,  
8,70 €, Ed. Jouvence.

**ASSIETTE NEWS**



**La recette réconfortante**

**BURGER BOEUF, CAMEMBERT ET PIGNONS**  
 Coupez au couteau 600 g de filet de bœuf (en dés d'environ 5 mm). Salez, poivrez puis formez des steaks. Faites-les griller dans une poêle et garnissez-en le dessus de quelques tranches de camembert. Coupez en deux 4 buns artisanaux à la farine complète (chez le boulanger) et faites-les griller. Dans une assiette, posez le socle du bun, déposez le steak, ajoutez de fines tranches de pomme granny-smith, de la roquette, des pignons grillés et refermez le bun. *Merci au restaurant L'Atelier Saint-Georges, Paris IX.*



**LE PLEIN D'ÉNERGIE**  
 Pour bien démarrer la journée, cet extracteur nous aide à réaliser des jus en un clin d'œil. Avec son système de pression à froid et sa vitesse de rotation de 60 tr/min, il préserve à 100 % les nutriments et débarrasse le jus de toutes ses fibres pour une meilleure absorption. Silencieux, compact et pratique, il s'utilise au quotidien et se nettoie en 2 minutes grâce à ses brosses intégrées. Ses filtres interchangeables (vendus séparément) permettent aussi de réaliser smoothies et sorbets. En plus, il est fourni avec un livre de recettes.  
**Extracteur de jus**  
**Kuvings B6000, 439 €, [www.crudijus.fr](http://www.crudijus.fr)**

**Les pâtes, oui mais x légumineuses !**  
 Préférer ses légumineuses sous forme de pâtes, voilà une idée qu'on manque de temps ou qu'on oublie d'intégrer ces éléments dans ses menus ! La Claire nous facilite la vie en proposant des pois, des lentilles, haricots version pâtes, etc. Plus besoin d'attendre que les fourneaux, elles se cuisent très rapidement et plaisent à toute la famille. Fabriquées en France et composées à 100 % de farine bio, elles constituent une véritable source de vitamines et de protéines végétales. En 5 minutes, c'est prêt !  
**Légumineuses en**





**MES PETITS SMOOTHIES**  
 Ces délicieux mélanges de fruits mixés et 100 % naturels représentent un super encas. Sans sucre ajouté, sans colorant ni conservateur, ils sont riches en fibres, potassium, vitamine C et antioxydants. Leur format en brique de 25 cl fait qu'ils nous accompagnent partout : délicieux au petit déjeuner, gourmands en collation, vivifiants avant ou après le sport. Ananas-banane-coco, myrtille-framboise

# 21

**C'EST LE POURCENTAGE DE FRANÇAIS QUI SAUVENT LE PETIT DÉJEUNER AU MOINS UNE FOIS PAR SEMAINE. POURTANT, IL EST LE PREMIER REPAS QUI CONDITIONNE LA SUITE DE LA JOURNÉE.**  
Source : INRA, 2013. Data & la Nutrition

Après **Esprit d'ici**  
et **Cuisine d'ici**  
la famille s'agrandit avec

## JARDIN d'ici

Le magazine de jardin  
nouvelle génération...



BurdInternational

### Actualités commerciales

#### ROQUEFORT SOCIÉTÉ

La célèbre marque a été reconnue

Saveurs de l'année 2015

grâce à son Roq'Croque

lancé en 2014. Un vrai

gage de qualité, de

confiance et de satisfaction

qui promet un bel avenir aux

premières tranchettes pour

croque-moroseur, burgers et

sandwichs au bon goût Société finement

typé et au

fondant incomparable! Les tranchettes Roq'Croque

s'utilisent de multiples façons et leur goût unique séduit

les plus fins gourmets qui aiment se faire plaisir en toute

simplicité. À découvrir au rayon tranchettes sandwichs,

1,70 € en DMG.



#### CRUDIJS KUVINGS'

Nouveau venu sur le marché français de l'électroménager

haut de gamme, le Crudjus Kuvings' s'inscrit dans

la génération « slow » des extracteurs de jus. Plus

performant, très facile à utiliser et à nettoyer, il se prête

à une utilisation quotidienne bénéfique à toute la famille.

Son design agréable et compact s'intègre parfaitement

aux cuisines d'aujourd'hui.

En vente sur Internet: [www.crudjus.fr](http://www.crudjus.fr), 420 €.



#### AFFLIGEM CUVÉE CARMIN

Initiez-vous à ce nouveau brassin

d'exception de l'abbaye Affligem aux

délicieux arômes de fruits rouges. Une

alliance entre douceur et amertume

qui reflète l'équilibre parfait trouvé par

Affligem au fil des siècles. La signature

gustative d'Affligem s'enrichit de

notes d'épices et de fruits rouges

soigneusement choisis, apportant

le juste équilibre à ce brassin millénaire

qui révèle toute sa modernité

à travers sa robe intense de couleur

rouge carmin.

Le pack de 6 x 25 cl: 4,90 €. En DMG.

Cliquez pour agrandir l'image

# HAPPINEZ N° 9 ET N°10

MAI/JUIN 2015

## L'extracteur de jus Nouvelle Génération

Le Kuving's Whole vous offre une grande facilité d'utilisation. Equipé d'une large embouchure et d'un moteur extrêmement puissant, il est capable d'extraire le jus de n'importe quels fruits et légumes. Un appareil adapté à une utilisation quotidienne. Avec le Kuving's Whole, faire un jus n'a jamais été aussi simple.



Avec les accessoires, goûtez également au plaisir des smoothies et sorbets minutes, home made.  
[www.crudijus.fr](http://www.crudijus.fr)

## LOW SHAMPOO

La nouvelle façon de prendre soin de ses cheveux

Les Experts de la Recherche en Cosmétique Végétale Yves Rocher ont mis au point le Low Shampoo. Une crème lavante, non moussante pour permettre aux femmes une nouvelle routine capillaire et prendre soin de ses cheveux. Nos chercheurs ont sélectionné l'Aubépine cultivée en Agriculture Biologique pour sa richesse en anti-oxydants. Intégré au sein d'une formule légère contenant plus de 99% d'ingrédients d'origine naturelle, cet actif agit comme un puissant protecteur de la fibre capillaire. Son usage est simplissime. Il suffit d'appliquer le Low Shampoo sur cheveux mouillés, en répartissant le produit avec les doigts jusqu'aux pointes, puis masser et rincer abondamment. Il peut être utilisé tous les jours et promet des cheveux éclatants et protégés.



[www.yves-rocher.fr](http://www.yves-rocher.fr)

## La Tisanière Nuit Calme

Si les infusions qui manquent de goût vous énervent, vous allez enfin pouvoir fermer l'œil !

Laissez-vous tenter par la gamme Nuit Calme de La Tisanière qui vous aidera à vous détendre grâce à ses infusions à base tilleul, d'orange et de camomille. A chacun son infusion : Nuit Calme Miel pour les palais gourmands, Nuit Calme Verveine pour ceux qui préfèrent la note citronnée de la verveine ou tout simplement Nuit Calme, pour ses notes florales.



## Un fluide précurseur pour l'été

Riche en vitamine E naturelle et beta-carotène, ce fluide à la fragrance délicate nourrit, stimule la vitalité de la peau et renforce ses défenses naturelles. Appliqué sur le visage et le corps, il aide à combattre la sécheresse et le vieillissement cutané, prolonge le hâle pour une peau heureuse sur un air de vacances toute l'année ! (sans filtre UV ajouté)



[www.lesdoucesangevines.com](http://www.lesdoucesangevines.com)

# ELLE MAISON SITE INTERNET

## LES 3 MEILLEURS EXTRACTEURS DE JUS

Le 27 février à 10h24

Bérengère Perrocheau

ELLE Maison

Appareil ultra spécialisé et souvent coûteux, l'extracteur de jus est encore mal connu. Qu'est-ce ? Pourquoi en acheter un ? Comment fonctionnent-ils ? Enfin, quels sont les trois meilleurs modèles du marché ? Arrivé après les blenders et les centrifugeuses, l'extracteur se démarque par sa manière de presser les fruits. Tous ces appareils ont pour but de séparer le jus de la pulpe mais quand le blender broie à vitesse élevée ou la centrifugeuse déchiquette, l'extracteur, lui, presse en douceur et à froid grâce à une vis sans fin. L'intérêt ? Il est nutritionnel. Les molécules sont écrasées et non pas chauffées, elles gardent donc tous leurs nutriments. Le jus qui en résulte est ainsi 30 à 50% plus vitaminé que celui des blenders et centrifugeuses. L'extracteur a été créé par Norman Walker qui souhaitait trouver un système qui puisse retirer le jus des légumes et des fruits sans en affecter leur valeur nutritive par l'échauffement. En moyenne, le jus issu d'un extracteur garde ses vitamines pour une durée de 12 à 24 heures pour les meilleurs modèles alors que les autres appareils oxydent rapidement le jus qui doit alors être consommé rapidement (dans l'heure).

Néanmoins, un extracteur est un produit coûteux. Mieux vaut savoir que vous en aurez une utilité quotidienne avant de vous lancer. Les blenders et centrifugeuses peuvent s'acquérir à partir d'une soixantaine d'euros. Le premier prix des extracteurs débute à 200 €. Ce n'est donc pas le même budget. En revanche, si vous êtes sensibles à la question des vitamines et souhaitez un appareil capable de produire n'importe quel jus de fruits, de légumes ou d'herbes, investissez dans un extracteur. L'appareil est également un investissement sur le long terme car tous les modèles sont particulièrement durables.

L'extracteur est simple d'utilisation. Il suffit d'insérer fruits, légumes, herbes et même graines par l'embouchure aussi appelée cheminée qui

se situe au-dessus de l'appareil. La vis va presser les aliments contre le tamis et extraire le jus qui tombera d'un côté alors que la pulpe sortira sèche, de l'autre côté. Plus souvent électriques, il existe également des extracteurs de jus manuels. Mais quels sont les trois meilleurs extracteurs de jus électriques ?

### L'EXTRACTEUR LE PLUS EFFICACE

Le modèle Kuvings possède un système de pression à froid d'une vitesse de 60 tours/minute. Le jus est donc débarrassé de toutes ses fibres tout en gardant 100 % des nutriments des aliments.



Son moteur puissant reste particulièrement silencieux.

Au final, Kuvings est fait pour les utilisations quotidiennes et peut se nettoyer seulement une fois par jour en deux minutes grâce à ses brosses conçues pour une efficacité optimale. L'appareil est garanti 5 ans, un investissement sur la durée.

Le +

Sa large cheminée (embouchure de 9 cm de diamètre) permet d'insérer les fruits en entier, comme dans une centrifugeuse, sans les couper.

# FEMME ACTUELLE

## SITE INTERNET

### J'AI TESTÉ L'EXTRACTEUR DE JUS CRUDIJUS DE KUVINGS

J'aime (13)

le 4 février 2015

Crudijus/Kuvings

Fabienne Habarthur

**C'**est la nouvelle tendance ! Après la centrifugeuse, c'est l'extracteur de jus qui fait fureur ! Mais qu'est-ce que c'est exactement ? Le presse-agrumes tout le monde connaît, la centrifugeuse commence à être bien installée dans les cuisines, alors pourquoi passer à l'extracteur de jus ? Cet appareil à vis est recommandé pour extraire un jus plus riche en vitamines et en nutriments. Nous avons testé l'extracteur nouvelle génération Crudijus de Kuvings...

L'appareil, plutôt volumineux, ressemble à une centrifugeuse avec sa cheminée d'insertion, sa cuve et son moteur.

Il s'assemble facilement.

Première bonne surprise, à la mise en marche, l'extracteur est silencieux. Il est préférable de couper les pommes en quartiers, les carottes en rondelles, le fenouil en morceaux, si non la vis peut se coincer... Si cela arrive, pas de problème, faites tourner la vis quelques tours en sens inverse et ça repart !

Les aliments sont doucement broyés par une grosse vis sans fin. L'extraction est lente (60 tours de vis par minute contre 10 à 20 000 tours minutes pour une centrifugeuse). La grande différence avec la centrifugeuse, nous explique-t-on, c'est que les fruits et les légumes ne sont pas échauffés par la force centrifuge mais broyés lentement par le mouvement mécanique de la grosse vis.

La quantité de jus ainsi obtenue est un peu plus importante qu'avec une centrifugeuse mais surtout il ne se sépare en plusieurs couches pratiquement pas et ne s'oxyde que très doucement. On peut d'ailleurs le conserver quelques heures au frais alors qu'il est recommandé de consommer immédiatement les jus extraits à la centrifugeuse.

Le jus n'est pas complètement filtré, il reste pas mal de pulpe, le jus est assez épais.

On peut faire du jus d'herbes (avis aux amateurs...) ou « presser » des oléagineux (amandes, noisettes...) pour réaliser des laits végétaux, mais aussi des smoothies avec le filtre adapté.

Une fois utilisé, l'autre bonne surprise, c'est la facilité avec laquelle le Crudijus se nettoie. Entièrement démontable, ses différents éléments passent au lave-vaisselle, mais surtout il est fourni avec un « panier-brosse » malin qui désincruste la pulpe du filtre.

Son prix : 439 €, moteur d'une puissance de 240 watts garanti 5 ans. C'est à peu près le même niveau de prix qu'une centrifugeuse haut de gamme mais bien moins cher que les extracteurs performants actuellement sur le marché. Ça reste un investissement...

Retrouvez nos recettes de jus de fruits maison et plongez-vous dans le dernier livre signé Myriam Darmoni, « Cure de jus » qui vous aidera à intégrer dans votre alimentation les jus de fruits et de légumes si bons pour la santé !



# MARIE-FRANCE.FR

## DÉCEMBRE 2014

404 400 visites

Envie d'offrir un cadeau qui fait du bien ? Piochez dans notre sélection d'idées bonnes pour le corps et pour l'esprit.

### EXTRACTEUR DE JUS

Grâce à sa technologie «slow», le crudijus Kuvings préserve un maximum de nutriments et permet de réaliser jus de fruits et smoothies.

Prix : 439 euros, pour en savoir plus c'est par ici.





---

# A PARAÎTRE EN SEPTEMBRE

---

**Biba**

**Le Journal du Golf**

**Prima (page enfant)**

**Côté Santé**

Les contacts déjà pris à concrétiser et à relancer :

Psychologies Magazine,

Télé 7 jours,

La Quotidienne France 5,

Avantages

Journal de la Santé France 4.

**Kuvin<sup>g</sup>s<sup>®</sup>**

