

Ce mois-ci j'ai testé



Pâtes au lin, pâtes à l'amande Emile Saveurs sans gluten

Les pâtes au lin et à l'amande d'Emile saveurs sont sans gluten, majoritairement préparées à base de farine de maïs et de farine de riz. Je trouve l'ajout du lin ou de l'amande intéressant car à hauteur de 15% ils font baisser l'index glycémique du tout.

Ce qui est top aussi, la composition 3 farines et c'est tout ! Pas comme d'autres produits sans gluten qui deviennent encore plus douteux et irritants pour les intestins que des pâtes classiques. Aucun additif dans leurs recettes de pâtes.

Comme pour la plupart des pâtes sans gluten je vous conseille de faire une petite sauce avec, un [pesto](#) par exemple.

- <http://www.emilenoel.com/produit/pates-au-lin>

Aides pâtisseries - Le sillon pâtisserie

Les aides pâtisseries de chez le Sillon sont vraiment faciles d'usage et on trouve des choses assez originales pour du Bio. En bio globalement je n'avais jamais vu des éclats de 3 chocolats et des éclats de nougatine. Ça laisse place à l'imagination et à la nouveauté. Je trouve cela très sympathique pour décorer les [glaces des enfants](#) ou à ajouter dans les biscuits.

Vous trouverez aussi des classiques comme la poudre d'amande, la poudre de noisettes, les pépites de chocolat ou la noix de coco.

A noter la présence de lait de de soja dans le sachet « éclats de 3 chocolats » mais pas dans les pépites de chocolat noir.

- <http://lesillonfruitsec.fr/nos-Produits/aides-patisseries1/>

Chocolat et barre chocolatée Bonneterre

J'ai goûté 3 sortes de barres chocolatées Bonneterre (noix de cajou chocolat au lait, miel amande et chocolat au lait et amandes caramélisées chocolat noir) j'ai trouvé les 3 délicieuses. Je connaissais déjà les chocolats Bonneterre que j'apprécie pour leur diversité.

J'ai testé aussi le chocolat noir citron vert mais là je n'ai pas accroché, c'est personnel mais le mélange citron / chocolat n'est pas quelque chose que j'apprécie spécialement.

- <http://www.bonneterre.fr/produits/chocolats>