



PETIT LIVRE DE RECETTES EAU RICHE EN MAGNÉSIUM



ACCORDEZ-VOUS UNE BONNE DOSE DE MAGNÉSIUM !

BWT- Le spécialiste du traitement de l'eau.....4

LA FORCE D'UN PLAISIR SAIN ET SAVOUREUX

Peter Willems - Chef SpectaCulinaire.....6

EAUX AUX FRUITS

Virgin Mojito (sans alcool).....8

Eau aux fruits exotiques.....10

ICE ICE BABY

Bâtons glacés aux fruits.....12

Glaçons aux herbes aromatiques ou aux fleurs comestibles.....14

Glaçons aux fruits.....16

Glace et thé matcha.....18

QUATRE-HEURES

Café Spécial (café chaud intense ou café glacé).....20

Thé froid.....22

Smoothie.....24

CETTE PETITE TOUCHE DIFFÉRENTE...

Gâteau en gelée.....26

Gravlax et brins d'aneth dans une gelée d'agrumes28

Bonbons en gelée.....30

ACCORDEZ-VOUS UNE BONNE DOSE DE MAGNÉSIUM !

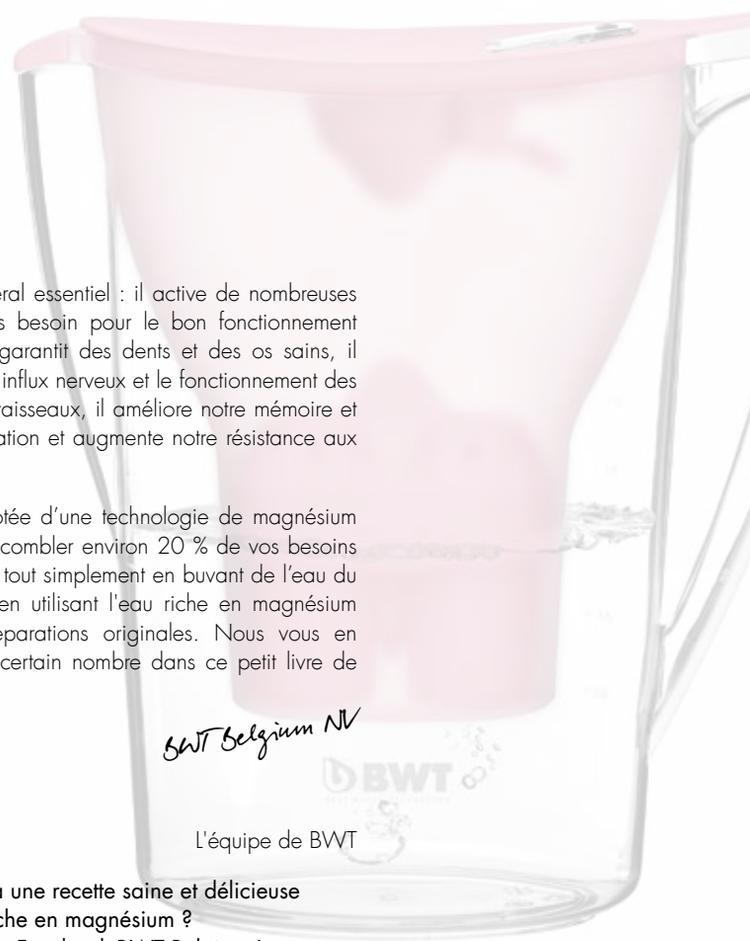


Chez les femmes, plus de la moitié du corps est constitué d'eau. Chez les hommes, ce taux est de 65 %, et il atteint même les 75 % chez les jeunes enfants. Pour pouvoir compenser la quantité d'eau que vous perdez chaque jour, il est conseillé de boire au minimum 2 litres d'eau par jour. Bien entendu, boire quotidiennement de l'eau du robinet est la solution la plus simple, la moins chère et la plus écologique. Mais malheureusement, l'eau courante en Belgique contient beaucoup de calcaire et n'a pas un très bon goût.

C'est pourquoi beaucoup de personnes utilisent une carafe filtrante qui réduit la quantité de calcaire dans l'eau du robinet, retire les métaux lourds tels que le plomb et le cuivre et élimine des substances comme le chlore, qui alternent le goût et l'odeur de l'eau. En outre, l'élimination du calcaire est également favorable pour la machine à café et pour la préparation de délicieux thés.

Le minéralisateur de magnésium de BWT, baptisé Vida, va encore plus loin. Cette carafe filtre non seulement l'eau du robinet, mais elle l'enrichit de surcroît en magnésium !

La carafe filtrante Vida est la seule carafe qui filtre l'eau courante, tout en y ajoutant du magnésium lors du processus de filtration.



Le magnésium est un minéral essentiel : il active de nombreuses enzymes dont nous avons besoin pour le bon fonctionnement de notre métabolisme, il garantit des dents et des os sains, il stimule la transmission des influx nerveux et le fonctionnement des muscles, du cœur et des vaisseaux, il améliore notre mémoire et notre pouvoir de concentration et augmente notre résistance aux tensions et au stress.

L'utilisation de la Vida, dotée d'une technologie de magnésium brevetée, vous permet de combler environ 20 % de vos besoins quotidiens en magnésium, tout simplement en buvant de l'eau du robinet (+/- 2 litres), ou en utilisant l'eau riche en magnésium dans de nombreuses préparations originales. Nous vous en présenterons d'ailleurs un certain nombre dans ce petit livre de recettes.

Santé ! Et bon appétit... !

BWT Belgium NV

L'équipe de BWT

PS : vous connaissez déjà une recette saine et délicieuse pour préparer une eau riche en magnésium ? Partagez-la sur notre page Facebook BWT Belgium !

LA FORCE D'UN PLAISIR SAIN ET SAVOUREUX...



Peter Willems - Chef SpectaCulinaire

En tant que chef cuisinier, je m'intéresse à la préparation de plats et de boissons savoureux depuis le plus jeune âge. Mais lors des ateliers culinaires que je donne et de mes activités de cuisinier à domicile, je remarque que l'aspect « sain » acquiert également de plus en plus d'importance. Et à juste titre... Chaque jour, vous avez en effet besoin d'une très grande quantité de vitamines et de minéraux que votre corps ne produit pas lui-même, et que vous pouvez donc uniquement obtenir dans votre alimentation quotidienne. C'est notamment le cas du magnésium...

Une carence en magnésium engendre de la nervosité, perturbe les habitudes de sommeil, provoque des maux de tête et des migraines, et diminue votre énergie et votre résistance. Pour maintenir leur forme physique et mentale, les hommes ont néanmoins besoin de 300 à 350 milligrammes de magnésium par jour, et les femmes de 250 à 300 milligrammes. Avec la carafe filtrante Vida de BWV, cela est on ne peut plus simple.

L'eau riche en magnésium est non seulement plus saine, mais elle est également plus savoureuse. Vous pouvez la consommer directement depuis la carafe Vida, ou encore l'utiliser dans de délicieuses préparations créatives.



La carafe filtrante Vida rend l'eau plus saine qu'une carafe traditionnelle, mais aussi sensiblement meilleure. Car la technologie de magnésium brevetée équilibre la teneur en minéraux de l'eau potable. Résultat ? Une eau affichant un pH quasi neutre que les connaisseurs apprécieront pour sa douceur et son goût exquis. Si vous pouvez l'associer à des fruits frais ou des légumes, les possibilités créatives pour préparer des repas sains et savoureux sont légion...

En attendant, la carafe filtrante Vida de BWT occupe une position permanente dans nos cuisines SpectaCulinaire. Et elle mérite absolument sa place dans vos propres cuisines. Vous pouvez l'utiliser « tout simplement » pour vous abreuver, ou pour réaliser des préparations saines et délicieuses : plats, cocktails, glaçons, cafés, thés, smoothies, etc. Dans ce livret, vous trouverez déjà de nombreuses sources d'inspiration...

Salutations SpectaCulinaires !



Peter Willems

VIRGIN MOJITO (sans alcool)

PRÉPARATION : 10 MINUTES • DIFFICULTÉ : FACILE • POUR 1 PERSONNE

INGRÉDIENTS :

½ citron vert (en quartiers)
12 feuilles de menthe fraîche
1 c.à.c. de miel ou 1 c.à.s. de sucre de canne.
Glace pilée
Eau riche en magnésium fraîche

USTENSILES

DE CUISINE :

Verre long drink
Pilon
Carafe filtrante Vida
Bâton mélangeur
Paille



1. Prenez un verre long drink frais et insérez-y les quartiers de citron vert.
2. Pilez ces quartiers à l'aide d'un pilon pour en extraire le jus.
3. Ajoutez les feuilles de menthe et le miel ou le sucre de canne et pilez à nouveau le tout délicatement, pour que le goût des feuilles se libère davantage.
4. Remplissez le verre de glace pilée et ajoutez-y l'eau riche en magnésium bien fraîche de la carafe filtrante Vida de BWT.
5. Terminez par un brin de menthe, dont vous avez légèrement écrasé les feuilles entre vos doigts.
6. Servez le cocktail avec une paille et un bâton mélangeur.

ASTUCES

- Vous n'avez pas de pilon ? Vous pouvez également utiliser la partie bombée d'une cuillère.
- Ajoutez également de petits morceaux de gingembre ou de concombre...
- Remplacez la moitié de l'eau par de la citronnade (transparente).

*Une merveilleuse alternative
rafraîchissante pour tous ceux
qui peuvent aussi faire la fête
sans alcool...*



EAU AUX FRUITS EXOTIQUES

PRÉPARATION : 10 MINUTES • DIFFICULTÉ : FACILE • POUR PLUSIEURS PERSONNES

INGRÉDIENTS :

Ananas

Kiwi

Mangue

(Autres combinaisons
de fruits : voir les astuces)
Eau riche en magnésium
fraîche
Glaçons

USTENSILES

DE CUISINE :

Carafe

Couteau de cuisine

Carafe filtrante Vida

Bac à glaçons



1. Lavez bien les fruits.
2. Coupez les fruits en morceaux mais laissez les baies entières.
3. Écrasez légèrement une partie des fruits à chair tendre pour en accroître le goût.
4. Insérez les fruits dans un grand pichet.
5. Recouvrez-les d'eau fraîche provenant de la carafe filtrante Vida de BWT.
6. Si vous désirez une boisson un peu plus sucrée, ajoutez-y un peu de miel ou de sucre.
7. Lors des chaudes journées d'été, ajoutez-y quelques glaçons avant de la servir.

AUTRES COMBINAISONS

- Myrtilles, fraises et framboises
- Morceaux de pomme, raisins coupés en deux et un bâton de cannelle
- Melon et menthe

ASTUCES

- N'hésitez pas à remplir de nouveau le pichet d'eau ; les arômes se libéreront à nouveau ! Remplacez tout de même les fruits après quelques jours.
- Vous pouvez également remplacer les glaçons par des fruits congelés ! Ou préparez vos glaçons dans un bac à glaçons et placez un morceau de fruit dans chaque compartiment... !

*Une boisson plus saine que le jus
de fruit du supermarché
pour les enfants qui ne boivent
pas suffisamment d'eau !*



BÂTONS GLACÉS AUX FRUITS

PRÉPARATION : 20 MINUTES • DIFFICULTÉ : FACILE • POUR 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS :

150 g de framboises
150 ml de yaourt
au lait entier
150 ml d'eau riche
en magnésium
(Sucre ou miel)

USTENSILES DE CUISINE :

Mixeur
(Tamis)
Carafe filtrante Vida
Bac à glaçons
Moules à bâtons glacés
Bâtonnets



1. À l'aide d'un mixeur, mixez les framboises jusqu'à obtenir un coulis. Si vous souhaitez éliminer les pépins, passez le coulis dans un tamis.
2. Mélangez une partie du coulis avec de l'eau de la carafe filtrante Vida et l'autre partie avec du yaourt. Si vous voulez que l'eau soit plus sucrée, ajoutez-y un peu de miel ou de sucre de canne.
4. Prenez des moules pour bâtons glacés ou de simples pots à amuse-bouche en plastique. Remplissez la moitié des pots avec le coulis à l'eau.
5. Placez les moules au surgélateur jusqu'à ce que les glaçons commencent à durcir.
6. Insérez un bâton (ou une petite cuillère) dans chaque pot et ajoutez le coulis au yaourt par-dessus. Laissez-les reposer une nuit dans le surgélateur.
7. Démoulez les bâtons glacés et savourez...

AUTRES COMBINAISONS

- Myrtilles, fraises et framboises
- Morceaux de pomme, raisins coupés en deux et un bâton de cannelle
- Melon et menthe

ASTUCES

- Vous pouvez également y ajouter de petites touches supplémentaires en insérant quelques feuilles de menthe, un peu de jus de citron ou du sirop de gingembre.
- Vous n'avez pas beaucoup de temps ? Préparez vos bâtons glacés en mélangeant de l'eau avec du sirop de fruit.

*Il n'y a pas de problème
un bâtonnet glacé. Vous pouvez
donc en préparer pour les jeunes comme
pour les moins jeunes !*



GLAÇONS AUX HERBES AROMATIQUES OU AUX FLEURS COMESTIBLES

PRÉPARATION : 10 MINUTES • DIFFICULTÉ : FACILE • POUR 1 PERSONNE

INGRÉDIENTS :

Herbes aromatiques
ou fleurs comestibles
4 cl de gin
20 cl de tonic
Eau riche en magnésium

USTENSILES

DE CUISINE :

Bac à glaçons
Carafe filtrante Vida
Verre à cocktail

1. Placez des herbes aromatiques (p. ex. du romarin, des grains de poivre rose ou des baies de genévrier) dans les compartiments d'un bac à glaçons.
2. Versez-y de l'eau de la carafe filtrante Vida et mettez le bac au surgélateur.
3. Pour un gin tonic : versez 4 cl de gin et 20 cl de tonic dans un verre à gin. Ajoutez-y les glaçons au romarin, aux baies de genévrier ou aux grains de poivre rose.
4. Utilisez des glaçons contenant de la menthe et des morceaux de citron vert pour préparer un mojito.
5. Servez-vous également de glaçons aux fleurs comestibles pour agrémenter votre cocktail favori.

ASTUCES

- Lorsque les glaçons sont prêts, retirez-les du bac à glaçons et conservez-les dans un sac en plastique dans le surgélateur. Vous pourrez ainsi préparer la prochaine fournée de glaçons immédiatement !
- Vous pouvez également ajouter du sirop coloré dans l'eau avec laquelle vous préparez les glaçons pour créer toutes sortes d'effets amusants !



Avec ces glaçons, vous ne manquerez pas d'impressionner vos invités !



GLAÇONS AUX FRUITS

PRÉPARATION : 10 MINUTES • DIFFICULTÉ : FACILE • POUR PLUSIEURS BOISSONS

INGRÉDIENTS :

Morceaux de fruits

Eau riche en magnésium

USTENSILES

DE CUISINE :

Bac à glaçons

Carafe filtrante Vida

1. Placez les morceaux de fruits (p. ex. bananes, mangues ou agrumes) dans les compartiments d'un bac à glaçons.
2. Versez-y de l'eau de la carafe filtrante Vida et mettez le bac au surgélateur.
3. Surprenez vos enfants avec une boisson dans laquelle vous insérez des glaçons renfermant une fraise.
4. Ou faites la même chose pour vos invités avec un daiquiri fraise.
5. Votre thé glacé sera encore meilleur avec des glaçons au citron, à l'orange ou à la mandarine.
6. Utilisez toutes sortes de fruits (framboises, myrtilles, mangues, bananes, etc.) pour accompagner n'importe quelle boisson.

ASTUCES

- Faites bouillir l'eau et laissez-la refroidir avant de la verser dans la carafe filtrante Vida. De cette manière, les glaçons resteront limpides.



*Des boissons fraîches festives
pour les enfants et des cocktails
colorés pour les adultes !*



GLACE ET THÉ MATCHA

PRÉPARATION : 30 MINUTES • DIFFICULTÉ : THÉ - FACILE, GLACE - PLUS DIFFICILE

INGRÉDIENTS :

Poudre de matcha
Eau riche en magnésium
250 ml de lait demi-écrémé
ou entier
1 ½ c.à.s. de matcha
2 jaunes d'œufs
125 g de sucre
125 ml de crème fraîche
125 ml de mascarpone

USTENSILES DE CUISINE :

Carafe filtrante Vida
Sorbetière
Casserole
Récipient
Fouet



THÉ : 1. Battez la poudre matcha avec de l'eau riche en magnésium à 60-70°C jusqu'à obtenir un liquide vert mousseux. En fonction de la qualité du thé, ce liquide sera plus ou moins épais, mais battre la boisson pendant plus de 30 secondes la rendra trop amère.

GLACE : 1. Portez le lait à ébullition dans une casserole. Dans un bol, mélangez le matcha avec un peu de lait chaud jusqu'à obtenir une pâte lisse. Ajoutez le reste du lait, la crème et le mascarpone et remuez jusqu'à ce que tout soit bien mélangé. Réchauffez ensuite la préparation à feu doux.

2. Dans un récipient, battez les jaunes d'œufs avec du sucre jusqu'à obtenir une masse blanche. Ajoutez-y le mélange au matcha chaud, reversez-le dans la casserole contenant le lait et faites chauffer le tout à feu doux jusqu'à ce que le mélange commence à s'épaissir. Laissez le mélange refroidir et placez-le pendant au moins une heure (ou une nuit) dans le réfrigérateur.

3. Mettez le mélange au surgélateur jusqu'à ce que les bords commencent à geler. Mélangez bien la glace avec une fourchette afin de casser les cristaux. Répétez l'opération trois fois (toutes les heures) jusqu'à ce que la glace soit lisse et ferme. (Ou faites tourner la glace dans une sorbetière en suivant les instructions.)

4. Sortez la glace du surgélateur entre un quart d'heure et une demi-heure avant de la servir.

ASTUCES

- Placez le thé matcha ouvert au réfrigérateur dans un récipient bien fermé pour que la poudre reste fraîche plus longtemps.

*Branlé, sain et délicieux... !
Le matcha connaît un succès vert
grandissant, et à juste titre !*



CAFÉ SPÉCIAL (CAFÉ CHAUD INTENSE OU CAFÉ GLACÉ)

PRÉPARATION : 15 MINUTES • DIFFICULTÉ : FACILE • POUR 6 TASSES

INGRÉDIENTS :

Grains de café de haute qualité (bio)

Eau riche en magnésium

Pour le café chaud

intense :

2 cuillères à soupe de

beurre non salé (bio)

(1 cuillère à soupe d'huile de coco)

Pour le café glacé :

Glaçons

USTENSILES

DE CUISINE :

Moulin à café

Carafe filtrante Vida

Casserole

Cafetière

Mixeur

Bac à glaçons



1. Moulez grossièrement le café dans le moulin à café et faites chauffer de l'eau riche en magnésium de la carafe filtrante Vida pour 6 tasses dans une casserole. Ensuite, laissez-la refroidir pendant quelques minutes.

2. Versez 12 cuillères à soupe rases de café moulu dans une cafetière. Utilisez 18 cuillères à soupe rases pour le café glacé.

3. Versez-y l'eau chaude et laissez reposer 3 minutes. Remuez ensuite à nouveau l'eau chaude. Fermez la cafetière et faites lentement descendre le pressoir.

4a. CAFÉ CHAUD INTENSE : Versez le café de la cafetière dans un mixeur et ajoutez-y deux cuillères à soupe de beurre et éventuellement 1 cuillère à soupe d'huile de coco, et mélangez le tout jusqu'à obtenir un ensemble onctueux. Vous disposez désormais d'un café qui stimule tellement votre métabolisme et votre niveau d'énergie que les graisses sont immédiatement utilisées comme un carburant supplémentaire et ne sont pas assimilées à votre corps.

4b. CAFÉ GLACÉ : Laissez refroidir le café et mixez-le avec des glaçons dans le mixeur. Vous pouvez également verser le café dans un bac à glaçons et le laisser durcir au surgélateur. Ensuite, mixez les glaçons de café dans le mixeur.

ASTUCES

- Ajoutez un peu de caramel salé, du sirop de vanille, des morceaux de chocolat, etc.
- Si vous ne moulez pas votre propre café, achetez du café moulu pas trop fin. Bien entendu, il est également possible de faire du café dans une machine à café standard (mais c'est moins cool).

Avec le café intense, commencez la journée par un plein d'énergie !



THÉ FROID

PRÉPARATION : 15 MINUTES • DIFFICULTÉ : FACILE • POUR 1 TASSE OU PLUS

INGRÉDIENTS :

Thé

Eau riche en magnésium

Herbes aromatiques

Fruits, par ex. pêche,
citron ou orange

USTENSILES

DE CUISINE :

Carafe filtrante Vida



1. Portez pratiquement l'eau à ébullition, plongez quelques-uns de vos sachets de thé favoris dans l'eau et laissez-les infuser pendant plusieurs minutes. Laissez ensuite refroidir le thé quelques instants.
2. Nous préparons habituellement notre thé dans de l'eau chaude. Mais saviez-vous que vous pouvez également faire du thé dans de l'eau froide ? De cette manière, vous évitez que le thé ne devienne amer lorsque vous le laissez infuser trop longtemps, et vous pouvez libérer beaucoup plus d'arômes. Pour préparer du thé froid, vous pouvez aisément le laisser infuser entre 3 et 6 heures !
3. Vous pouvez également ajouter des herbes aromatiques dans votre thé, comme par exemple du basilic, ou un brin de romarin ou de sauge... Laissez infuser les herbes aromatiques avec votre sachet de thé, mais retirez-les en même temps que le sachet de thé pour éviter que leur goût ne soit trop prononcé.
4. Remplissez un pichet de morceaux de fruits et d'herbes aromatiques puis versez-y le thé. Laissez la préparation refroidir complètement dans le réfrigérateur, puis servez-la dans un joli verre avec des glaçons et d'autres décorations festives.
5. Évitez d'ajouter du sucre cristallisé ordinaire, mais optez de préférence pour des solutions alternatives plus saines et plus naturelles comme du miel, du sucre non raffiné, de la stevia, etc.

AUTRES COMBINAISONS

- Faites infuser du thé aux agrumes avec une poignée de feuilles de basilic. Dans le pichet, versez du jus de pêche ou des morceaux de pêche fraîche.
- Un véritable cocktail estival : faites infuser du thé vert avec des feuilles de menthe, puis mélangez-les dans votre pichet avec beaucoup de jus d'ananas et un peu de jus de citron.

*Une délicieuse boisson à savourer
sur votre terrasse par une chaude
journée d'été !*



SMOOTHIE

PRÉPARATION : 10 MINUTES • DIFFICULTÉ : FACILE

INGRÉDIENTS :

1 poire
4 mandarines
4 cuillères à soupe
de yaourt maigre
Glace pilée riche
en magnésium
Pour les amateurs
de sucré : un peu de miel

USTENSILES

DE CUISINE :

Carafe filtrante Vida
Mixeur



1. Pelez la poire et coupez-la en morceaux.
2. Épluchez les mandarines et détaillez-les en quartiers. Retirez les pépins éventuels.
3. Hachez finement les fruits dans un mixeur, et mélangez-les avec le yaourt.
4. Pilez la glace et versez-en quelques cuillères dans un verre.
5. Recouvrez le tout de votre délicieux smoothie.

ASTUCES

- Variez les parfums en remplaçant les mandarines par des framboises, des bananes, des myrtilles, etc.

*Commencez la journée en pleine
forme avec ce smoothie aux fruits.*



GÂTEAU EN GELÉE

PRÉPARATION : 30 MINUTES • DIFFICULTÉ : FACILE

INGRÉDIENTS :

Eau riche en magnésium
Fruits colorés : myrtilles,
fraises, baies de genévrier,
etc.
Agaragar

USTENSILES DE CUISINE :

Carafe filtrante Vida
Moules
Fouet

1. Pesez exactement votre quantité d'eau de la carafe filtrante Vida et prenez 1/100 d'agar-agar (donc 1 gramme d'agar-agar pour 100 grammes d'eau).
2. Portez l'eau à ébullition, ajoutez-y l'agar-agar et faites-le dissoudre avec un fouet.
3. Versez cette préparation dans les moules, et ajoutez-y de petits morceaux de fruits, des herbes aromatiques ou des fleurs comestibles.
4. Laissez-les refroidir tranquillement à température ambiante jusqu'à ce que les petits gâteaux se soient solidifiés, puis démoulez-les.

ASTUCES

- Lorsque vous travaillez uniquement avec de l'eau, vos gâteaux en gelée conservent bien entendu un goût neutre et une couleur transparente. Vous pouvez également, par exemple, utiliser la moitié de l'eau et compléter l'autre moitié par du coulis ou du sirop fruité pour leur donner plus de goût et créer des effets de couleurs.



*Un incontournable pour les fêtes
d'anniversaire des enfants !*



GRAVLAX ET BRINS D'ANETH DANS UNE GELÉE D'AGRUMES

PRÉPARATION : 24 HEURES DANS LE RÉFRIGÉRATEUR • DIFFICULTÉ : PLUS DIFFICILE

INGRÉDIENTS :

50 ml de vinaigre
d'agrumes
Eau riche en magnésium
2 g d'agar-agar
Aneth ou fenouil
Saumon
150 g de sel, 100 g de
sucre
Poivre
Coriandre moulue
Citron
Cognac ou gin

USTENSILES

DE CUISINE :

Carafe filtrante Vida
Moule
Plat allant au four



GELÉE D'AGRUMES ET D'ANETH :

Prenez 50 ml de vinaigre ou de jus d'agrumes (citron, calamondin, citron vert), mélangez-les avec 100 ml d'eau de la carafe filtrante Vida et portez le tout à ébullition en y ajoutant 2 g d'agaragar. Versez la préparation dans un récipient et laissez-la refroidir. Placez quelques brins d'aneth ou de fenouil vert pardessus. Laissez la préparation se figer calmement et sortez-la avec un moule.

GRAVLAX DE SAUMON :

Placez un grand morceau de saumon dans un plat allant au four, et recouvrez-le d'une fine couche de brins d'aneth. Mélangez 150 g de sel avec 100 g de sucre, des grains de poivre concassés et de la coriandre moulue. Vous pouvez également varier en utilisant des zestes de citron et d'orange. Ajoutez un soupçon de cognac ou de gin et mélangez bien le tout. Placez une épaisse couche d'aneth sur le saumon. Recouvrez d'un film plastique directement sur le sel. Laissez la préparation mariner paisiblement pendant au moins 24 heures dans le réfrigérateur. Sortez le saumon du réfrigérateur, retirez la croûte de sel et éliminez l'humidité libérée. Coupez de fines tranches ou bandes de saumon, et c'est prêt.

ASTUCES

- Comme accompagnement, coupez des brins de fenouil en tranches et coupez finement un radis. Faites-les mariner dans du vinaigre pour sushi ou du vinaigre balsamique blanc pendant une demi-heure. Ensuite, séchez-les et disposez-les sur l'assiette.

*Une délicieuse tradition
scandinave !*



BONBONS EN GELÉE

PRÉPARATION : 30 MINUTES • DIFFICULTÉ : FACILE

INGRÉDIENTS :

Agar-agar ou gélatine
Paillettes de sucre
Édulcorant
Fruits

USTENSILES

DE CUISINE :

Carafe filtrante Vida
Mixeur
Tamis
Casserole
Moules



1. Prenez 250 g de fruits à chair tendre au choix (mangue, framboises, pastèque, kiwi, etc.) et hachez-les finement dans un mixeur. Vous pouvez passer le coulis au tamis pour vous débarrasser des pépins.
2. Versez cette masse dans une casserole et faites-la bouillir à feu doux.
3. Si vous travaillez avec de la gélatine : trempez 6 feuilles de gélatine dans de l'eau froide. Une fois la gélatine devenue molle, découpez-la et mélangez-la avec la masse chaude.
4. Si vous travaillez avec de l'agar-agar : mélangez-en 2,5 g avec la masse chaude.
5. Versez le résultat dans un récipient ou dans de petits moules, et laissez-le refroidir (avec la gélatine : au réfrigérateur ; avec l'agar-agar : dans un endroit frais).
6. Laissez la préparation se figer totalement puis démoulez-la. Vous pouvez désormais découper le bloc en bonbons, et les recouvrir par exemple de paillettes de sucre ou d'autres décorations.

ASTUCES

- L'agar-agar est un liant comme la gélatine. Il est toutefois végétarien, contrairement à la gélatine qui est d'origine animale. L'agar-agar se fige déjà à température ambiante, tandis que la gélatine ne durcit qu'au réfrigérateur.

*Tres amusant à préparer
avec les enfants !*



LA CARAFE FILTRANTE VIDA DE BWT...

... L'ALTERNATIVE INGÉNIERUSE À L'EAU EN BOUTEILLE



SAVOUREUX

Le magnésium a bon goût.
Il est idéal pour la préparation
de thés, de cafés et des plaisirs
de tous les jours.



FRAIS

L'eau du robinet est filtrée en
rien de temps pour devenir une
eau fraîche et bien équilibrée.



RELAX PENDANT TOUTE LA JOURNÉE

Arrêtez définitivement de porter
et de stocker de grandes
quantités de bouteilles d'eau.



BON POUR VOTRE PORTEFEUILLE

1 litre d'eau riche en magnésium
de la carafe filtrante Vida coûte
beaucoup moins cher qu'1 litre
d'eau en bouteille « ordinaire ».



VIF

Boostez votre consommation
journalière de magnésium
pour maintenir un style de vie
à la fois vif et actif.



PROTECTION CONTRE L'EAU DURE

L'eau traitée protège
les appareils ménagers contre les
dépôts calcaires.

VOICI COMMENT FONCTIONNE LE MINÉRALISATEUR DE MAGNÉSIUM VIDA DE BWT...



① VIDA AMÉLIORE LE GOÛT DE L'EAU

La carafe filtrante Vida élimine les substances telles que le chlore, qui altèrent le goût et l'odeur de l'eau, de l'eau du robinet.

② VIDA FILTRE PARFAITEMENT L'EAU DU ROBINET

La carafe filtrante Vida réduit la quantité de calcaire dans l'eau du robinet et en retire les métaux lourds tels que le plomb et le cuivre.

③ VIDA ENRICHIT L'EAU EN MAGNÉSIUM

Vida de BWT est la seule carafe qui filtre l'eau courante, tout en y ajoutant du magnésium lors du processus de filtration.



VOUS DÉSIREZ TRAITER VOTRE EAU ? ACHETEZ VOS PRODUITS EN LIGNE SUR WWW.BWTWATER.BE

Vous souhaitez acheter des filtres de recharge pour votre carafe filtrante Vida ? Ou encore une nouvelle carafe ou un autre modèle ? Vous en avez assez de récupérer votre douche au quotidien ? Ou vous désirez profiter pleinement de tous les avantages d'une eau douce et pure à la maison ?

Le spécialiste du traitement de l'eau BWT a une solution pour tous les problèmes d'eau. Et grâce à la nouvelle boutique en ligne www.bwtwater.be, vous recevez cette solution de manière simple et rapide directement chez vous !



ASTUCE :

Les filtres au magnésium de BWT conviennent pour tous les types de carafes filtrantes. Vous possédez déjà une carafe filtrante mais vous souhaitez optimiser davantage l'eau que vous consommez ? Il vous suffit d'utiliser les filtres au magnésium de BWT dans la carafe que vous possédez.



ASTUCE :

Vous avez besoin de plus d'inspiration ? Vous retrouverez un tas d'autres recettes savoureuses à base d'eau riche en magnésium sur www.bwtwater.be.



BWT Belgium NV.
Leuvensesteenweg 633 - 1930 Zaventem
E-mail : bwt@bwt.be
T +32 2 758 03 10 F +32 2 758 03 33
www.bwt.be
Facebook BWT Belgium LinkedIn BWT Belgium

For You and Planet Blue.  **BWT**
BEST WATER TECHNOLOGY