

BONS ET BIO BOUILLONS



1



2



3



4



5



6

1. Bienfaiteur. Une saveur de fenouil et un effet détoxifiant naturel pour cette soupe express. **Yanne Wellness**, 30 € la cure de 7 jours. **2. Soupe sans O.** Coup de cœur pour ces concentrés de légumes bio français qu'il suffit de délayer pour se régaler. **Supe**, 4,90 € le pot de 310 g. **3 et 4. Méga Gourmands.** Mijotés avec patience, ces bouillons 100 % naturels parfument avec force veloutés, ramens, risottos ou pâtes. **Maison Bouillon**, 8 € les 475 ml. **5. Que du bon.** Si parfumé qu'on le boit pur, ce bouillon végétal est umamissime. **Oùmami**, 9,95 € les 370 ml (voir interview ci-contre). **6. Plantes sauvages.** 82 % de légumes et d'aromates moulus, un peu d'huile et de sel composent cette poudre aux saveurs explosives. **Le jardin e(s)t la recette**, à partir de 6,60 € les 45 g.

OÙ EST MAMIE ?

La fondatrice de la marque Oùmami a renoué avec la tradition des bons bouillons mijotés. Elle nous confie sa recette du succès...



Aline Lebrêne-Baron a créé Oùmami en 2024, première marque de bouillons français bio à haute teneur en collagène.

C'est une recette pleine de goûts et de bienfaits, facile mais qui demande du temps, jusqu'à 48 h de mijotage. C'est aussi une démarche antigaspi qui valorise des produits déclassés. L'aspect local compte aussi : hormis quelques épices, je m'approvisionne en produits bruts et bio dans un rayon de 100 km autour du Mans.

Un secret de fabrication ?

Tous mes bouillons sont bio et français. Semi-concentrés, on peut les diluer ou non. Mais surtout, je laisse le consommateur saler et poivrer à sa guise. Une différence énorme avec les cubes qui sont très (voire trop) salés et s'avèrent plus des exhausteurs que des bouillons. Et bien sûr, la teneur en collagène qui va de 4,4 à 14,8 g par pot de 370 ml. Le pourcentage d'os (60 à 80 %) qui entre dans la recette fait toute la différence.

Vous avez de nouvelles recettes au chaud ?

Après les bouillons traditionnels de poule ou de bœuf, le pho vietnamien et le tonkotsu japonais, un bouillon végétarien arrive (sans collagène mais assez corsé). Le voyage continue ■

Comment vient l'envie de révolutionner l'univers du bouillon ?

Aline Lebrêne-Baron. D'une idée simple : celle de se faire du bien. Après la naissance de mon second enfant, j'ai été remise sur pied grâce à une alimentation saine pleine de bon sens et riche en collagène. J'ai ensuite proposé des paniers frais pour jeunes mamans souhaitant préparer des plats réconfortants. Parmi les produits, un bouillon maison qui a remporté un gros succès. Ainsi est né Oùmami.

Un drôle de nom...

Une double référence, d'abord un hommage à l'umami, la 5^e saveur de la cuisine japonaise, ensuite un jeu sonore sur « Où est mamie ? » qui rappelle le réconfort des bouillons d'antan longuement mijotés.

Le côté traditionnel, c'est important ?

Absolument. Le bouillon a traversé des millénaires dans toutes les cultures du monde.

Mâcher en paix

Après son arrivée dans les besaces des G.I., fêtons le second débarquement des chewing-gums, cette fois sans plastique ni polymères synthétiques, sous la marque Milliways. Une gomme biodégradable à base de sève végétale et des arômes naturels, meilleure pour la santé et la planète. À partir de 2,95 € les 30.



Une jolie mélodie en cuisine



Le film La Petite Cuisine de Mehdi, sorti en salle mi-décembre, est un bijou drôle et tendre qui met l'eau à la bouche. Tirailé entre sa mère algérienne et sa passion pour la gastronomie française, le chef Mehdi est aussi doué en cuisine que maladroit dans sa vie privée. Fatalement, sa recette échoue... mais ses plats donnent très faim. Prévoyez un bon resto à la sortie !

Cacao addict

Cette infusion réalisée à partir de coques de fèves de cacao bio est notre coup de cœur de la rentrée. La recette mise au point par Vincent Cluizel (l'arrière-petit-fils du célèbre chocolatier) est ultra-gourmande. En ajoutant un mélange de gruë et de vanille, il renforce la puissance du goût chocolat. La version nature est déclinée en 7 parfums. Sans sucre, riche en fer et en antioxydants, le breuvage a tout bon. **InfusCacao Fuzco, 8,60 € les 30 g (15 sachets).**

