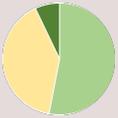


La PRESSE

SONDAGE :



Raclette ou Fondue? Le 13 novembre 2022 nous sommes allés interroger des passants dans la ville de Fribourg pour découvrir leur préférence.

> page 12

RECETTE :



La recette de biscôme à ne pas rater ! Régalez votre entourage avec de délicieux biscômes faciles et rapides à préparer !

> page 11

DÉCOUVERTE :



Avec ses nombreuses et étonnantes vertus santé, le fruit mangoustan est également l'un des plus savoureux.

> page 14

L'alimentation sur les réseaux sociaux

Nutritionniste et nutrithérapeute, Nadia Steulet nous donne son avis : « Les réseaux sociaux permettent de vulgariser la nutrition pour la rendre accessible. [...] Il faut toutefois faire attention à ne pas croire n'importe qui et surtout n'importe quoi ».



La nouvelle tendance des influenceurs et influenceuses à partager leur quotidien « healthy » nous montre-t-il vraiment quelque chose de sain ?

Comme Nadia le dit, il est important de prendre du recul sur les réseaux. En effet, on n'y voit que le côté visible de l'iceberg. Chacun décide ce qu'il partage ou non et de l'authenticité des informations.

> page 6

Le végétarisme, tendance ou mode de vie ?

Chaque année, le nombre de végétariens augmente. La question se pose donc ; serons-nous tous végétariens dans quelques années ? Certains le deviennent éthiquement vis-à-vis

des animaux, d'autres dans un but écologique à cause des émissions de CO2 que l'élevage émet. Beaucoup décident de passer à l'acte à cause de ces raisons, qui sont au centre de l'attention dans

la société d'aujourd'hui. Malgré les côtés positifs résident de nombreux points néfastes pour la santé, mais également pour l'environnement.

> page 4



Still Life, William Duffield, 1859

La nourriture à travers le temps, toute une histoire

> page 9

Les aliments dans la culture pop

On les connaît tous, c'est LES aliments types de notre pop culture. Les donuts d'Homer Simpson ou encore le Smoothie de *Pulp Fiction*, nombreuses sont les recettes tentant de les reproduire. Quelle place ont-ils réellement dans l'univers culturel ?

> page 2

Le retour de *Tous en cuisine*

L'émission de Cyril Lignac très attendue par le public sera de retour dès le 28 novembre 2022. Chaque soir, du lundi au vendredi à partir de 18h30, le chef révélera deux recettes pour vos menus de fêtes.

> page 8

Conseil restaurant

La redécouverte du Lunchionette après le changement de gérants n'a été qu'une bonne surprise. *Cocooning*, posé et discret, le restaurant-café parfait ! Situé à Lausanne il est idéal pour un repas léger mais généreux avec de nombreuses saveurs, aussi délicieuses qu'étonnantes.

> page 5