

1,95€
seulement!

PRIX MINI

**MODE,
DÉCO,
VOYAGE...**

**30 pages pour
petits budgets**

LOVE
Optimiser
ses chances
de rencontre

**CE MEC N'EST PAS
POUR MOI, JE ZAPPE
(ET J'Y ARRÎVE!)**

Vécu
Célib, trouver l'amour
après un cancer du sein...

**MON PETIT TRUC
INAVOUABLE
(SAUF DANS CE NUMÉRO)**

HÉ, LES GARS
Pourquoi votre mère
a tous les droits?
(et nous, non!)

Beauté
NOUVEAUTÉS
ET MAKE-UP
ANTI-ÂGE

Relancer son couple sans balancer son homme

- Les (bonnes) questions à se poser
- Savoir (et revoir) ce qu'on attend de l'autre

**Notre mode d'emploi pour
s'aimer mieux (et encore plus)**

+ Les trucs des couples qui durent



CUISINE QUOI DE NEUF?



La crèmerie végétale

Du litre de lait (d'amandes) aux fromages frais, en passant par les yaourts, le cheese cake, la crème au chocolat et bien d'autres délices, cette petite fabrique, qui a désormais comptoir sur rue, réussit le pari d'une alternative goûteuse aux produits laitiers. JAY & JOY, 5, RUE PAUL-BERT PARIS 11^e, INFOS JAY-JOY.COM.

Tout new tout bon

Par Muriel Azarian et Litza Georgopoulos

Les scotch eggs Marks & Spencer

L'enseigne propose 3 variantes du plat british (un œuf dur dans une boulette de chair à saucisses) : la simple « Breakfast », l'élaborée « gastropub » et la sans gluten de la gamme Made without wheat. 3,29 €, 4,75 € ET 1,99 €, MARKSANDSPENCER.COM.



Les infusions Infuz

Cachées dans d'élégantes boîtes réutilisables, elles mélangent morceaux de fruits, zestes d'agrumes, pétales de fleurs et épices, pour un effet détox (thé vert, pomme, passion), relax (rose, tilleul, mûre), reboost (cardamome, cannelle, gingembre)... INFUZ, 5,80 €, EN GRANDES SURFACES.



Micro infos

Goûter de rentrée : les chocolats chauds d'exception de **Jeanne-Antoinette** (chocolatsjeanneantoinette.fr); les crêpes dentelle dans une boîte en fer vintage d'**Angelina** (angelina-paris.com); les creamy cookies hyper fondants de **MY** (info@trionphe-shot.fr), **Les Fruits Détendus**, séchés, avec graines (lesfruitsdetendus.fr); le bar à panettones **Meriggio** à Paris (meriggio-paris.com); les brioches garnies des **Fées Pâtisseries** (lesfeepatissieres.com); le lait de soja, caramel et orge **Soy** (soy.fr); la pâte à tartiner Kokolo (noisettes, amande, coco) de **Jean Hervé** (jeanherve.fr); les ustensiles en céramique **Le Creuset**, pot à lait, à confitures... (lecreuset.fr). **À l'agenda**. **Les Dîners insolites du patrimoine** dans le grand Est jusqu'à fin novembre (dinersinsolites.com); **#bon**, le 1^{er} salon gastronomique pour enfants, du 22 au 23/10 à Villejuif; le salon **VeggieWorld** du 8 au 9/10 au CentQuatre Paris (veggieworld.fr).



La cuisine de Gwyneth Paltrow

Ces « recettes délicieuses pour les cuisiniers super pressés » avec peu ou pas de sucre, de graisse ni de gluten, ont toutes un petit twist. Pour réveiller la star des fourneaux qui sommeille en nous! « TOUT EST SIMPLE », GWYNETH PALTROW ET THEA BAUMANN, MARABOUT, 25 €.



Les Nougamentines en couleurs

Entre la verte tradi (coque de nougatine fourrée de praliné aux amandes Valencia et aux noisettes romaines, saupoudrée de poudre d'amande), sa variante parme, la rose rehaussée de vanille de Madagascar et l'or parfumée à la fleur d'oranger, on ne sait plus où donner du palais! 19,80 € LES 200 G, WEISS.FR.

Le cidre brut au miel

Ce délicieux breuvage est un mélange de 7 variétés de pomme et 2 de poire (fruits bio) combiné à une lichette de miel parisien Béton, un soupçon de cannelle et un pinch de mandarine. APPIE, ENV. 2,50 € LA BOUTEILLE DE 33 CL, APPIE.COM.



La jarre à Kombucha

Pour réaliser soi-même ce thé fermenté bourré de vitamines, d'antioxydants et de probiotiques, voici une sorte de vinaigrier équipé d'une ventilation spéciale. Par Mortier Pilon qui commercialise d'autres contenants pour la fermentation d'aliments. 49 €, MORTIERPILON.COM.

