

INTRAMUROS

www.intratoulouse.com

> Le métroculturel toulousain / n°461 / gratuit / janvier 2022 <

LA
PLACE
DE LA
DANSE
présente

20 JANVIER > 12 FÉVRIER 2022
Toulouse et son agglomération

ICI & LÀ
Festival de danse

laplacedeladanse.com

f @laplacedeladanse.cdcn



Les filles de Curcumamas © D. R.

> LES IDÉLODIES Souriez, vous êtes livrés

Non, je ne vais pas vous parler des plateformes qui vous livrent un burger froid en vingt minutes chrono de vélo (cliché). Je vais plutôt vous parler de possibilités de livraison vertueuse de bons produits, de bonnes recettes et de bons petits plats. Pour se faire plaisir et se simplifier la vie.



© D. R.

> DES PRODUITS DE QUALITÉ

Le **Comptoir d'Anselme**, c'est un marché local 100 % en ligne créé par Marie Franco et son frère Benjamin. Il porte d'ailleurs le nom d'Anselme en hommage à leur grand-père agriculteur dans le Lauragais. Comme l'explique si bien Marie, ce projet a pour objectif « de dire non aux produits qui voyagent plus que moi ». Surtout, il propose une sélection appliquée de produits locaux et de qualité, qui ont été testés, cuisinés et dont l'équipe est partie à la rencontre de leurs productrices et producteurs. L'offre est aussi très diversifiée : primeur, boulangerie, boucher, poissonnier, épicerie, crèmerie, buvette, entretien et événement spéciaux... Tout est là pour remplir son frigo. On peut aussi opter pour des paniers pré-préparés de 3 à 8 kilos. On commande la veille du jour de livraison avant 8h00 et la livraison (gratuite à partir de 30,00 €) se fait du mercredi au samedi de 9h00 à 18h00 à votre domicile ou votre lieu de travail. En plus, le Comptoir d'Anselme a une approche éco-responsable et livre tout dans des contenants en verre ou recyclables!

• www.comptoirdanselme.com

> UNE RECETTE DE SAISON

Vous connaissez peut-être **LaetiPaniers** et son service de livraison à vélo de produits de producteurs de la région toulousaine ? Et bien sachez que Laetitia, de son prénom, s'est lancée aujourd'hui dans la livraison de paniers clé-en-main pour réaliser des recettes bien précises. Celles-ci sont composées d'ingrédients 100 % locaux, de saison et issus de circuits courts. Et les recettes changent toutes les semaines! Il y a même deux propositions hebdomadaires : une carnée et une végétarienne. Qu'ai-je bien pu réaliser pour pouvoir vous en parler, allez-vous me demander ? Fin du suspens : un bouillon de légumes de saison dans lequel a compoté un beau morceau de saucisse de Toulouse. Gourmand, canaille à souhait et facile à réaliser ! Bref, on commande ses produits en début de semaine, avant le mardi et on se fait livrer le jeudi entre 14h00 et 20h00 en centre-ville. Et, psssst, pour cet hiver, il y a même une recette de tartiflette (28,00 €). Impossible de résister!

• www.laetipaniers.fr



© D. R.



© D. R.

> DES PETITS PLATS MAISON

Curcumamas, c'est un nouveau service traiteur qui s'adresse aux jeunes mamans et qui permet de bien nourrir toute la famille. 100 % bio, locaux, plein de vitamines et inspirés de la cuisine *ayurvedique*, les petits plats de Curcumamas sont pensés pour faire du bien (49,00 € les trois repas). Si l'offre d'Émilie et Blandine, qui est aussi *doula* (personne qui apporte soutien et accompagnement moral et pratique à une femme enceinte ou un couple durant la grossesse, la naissance, la période néonatale et en fin de vie, ndr), se concentre sur le régime post-partum, tout le monde se régale, même moi ! On choisit son menu parmi un choix végétarien et flexitarien, entrée, plat, encas. On commande avant le vendredi 14h et on se fait livrer par les Curcumamas le mardi dans des contenants compostables. Ensuite, on se simplifie les repas pour la semaine, et même, osons le dire, on congèle ! Une fois dans l'assiette, on se laisse inviter au voyage : légumes rôtis aux épices, quinoa, sauce satay ou curry de chou-fleur, pois cassés, noix de cajou riz sacré se ponctuent d'un cookie choco-sésame, d'un moelleux aux dattes ou d'un porridge aux graines de chia. On se régale, tout en se faisant du bien. Et surtout, on en redemande!

• www.curcumamas.com

COUP DE CŒUR

> DES BOX GOURMANDES 100 % OCCITANIE

Non, je ne vais pas vous parler des plateformes qui vous livrent un burger froid en vingt minutes chrono de vélo (cliché). Je vais plutôt vous parler de possibilités de livraison vertueuse de bons produits, de bonnes recettes et de bons petits plats. Pour se faire plaisir et se simplifier la vie.

Glouton Trotteur, à la base, ce sont des box 100 % françaises créées par deux Bordelais (nobody's perfect) et livrées à domicile ! À l'intérieur, l'on retrouve des produits régionaux qui font hommage à un terroir, qu'ils soient à manger ou à boire. La jeune entreprise s'est donc associée avec l'IRQUALIM (Institut Régional de la Qualité Alimentaire d'Occitanie) plus connu pour leur club des Qualivores, afin de proposer des « box » valorisant les produits sous label de qualité de la région.

Mais de quoi parle-t-on exactement ? De quatorze « box » mensuelles, chacune représentative des produits phares d'un département — et il y en a treize — et une première en bonus qui réunit une fine sélection de produits des quatre coins de l'Occitanie. Et attention, tout est local, sous label de qualité et de saison ! Surtout, chaque box permet de réaliser une recette imaginée par la blogueuse culinaire Mamscook. Chaque étape est expliquée, notée et présentée dans

une vidéo que l'on peut suivre pas à pas. Et il y a même une bouteille de vin prévue pour accompagner les repas!

Ensuite, on voyage ! En janvier, on commande la balade gourmande en Ariège et on la prépare en février : gâteau ariégeois à la tomme des Pyrénées IGP et au lard bio. En mars, cap sur l'Hérault avec le poulet du Languedoc "Label Rouge" à la sauce Pélardon AOP et aux pickles de pommes. En avril, on cuisine la Haute-Garonne avec un onglet rôti de Gasconne des Pyrénées et déclinaison d'ail violet de Cadours... Chaque mois, c'est une nouvelle destination à commander le mois d'avant ! Sinon, on s'abonne ! La « box » coûte 42,99 € sans engagement et ensuite à 39,99 € pour trois mois, 36,99 € pour six mois ou douze mois. Une belle manière de découvrir les 247 produits SIQO, Sous Signe Officiel de Qualité qui composent la palette des terroirs et le vignoble de notre belle Occitanie!

• www.gloutontrotteur.com/la-box-occitanie-du-mois



© D. R.

> **Élodie Pages**
www.hello-toulouse.fr