

F

FEMINA

N° 3
21 FÉVRIE 2024
NE PEUT ÊTRE
VENDU SÉPARÉMENT
FEMINA.CH

FARIDA KHELEFA

FIGURE DE LA MODE PARISIENNE,
LA MUSE D'AZZEDINE ALAÏA
ET DE JEAN PAUL GAULTIER
RACONTE SON ENFANCE DIFFICILE

ANTARCTIQUE

*Les chercheurs masculins
n'ont pas le mono-pôle!*

JOURNÉE MONDIALE

*Les multiples
bienfaits du câlin*



One pot

PÂTES ORECCHIETTE AUX ÉPINARDS ET AU CITRON

Pour 6 personnes

Préparation: 15 min

Cuisson: 10 min

INGRÉDIENTS:

- 500 g de pâtes orecchiette
- 100 g de pousses d'épinards
- 1 citron bio
- 3 brins d'origan frais
- Huile d'olive
- Sel, poivre

PRÉPARATION

1. 1. Rincez et essorez les pousses d'épinards. Portez une grande casserole d'eau salée à ébullition. Ajoutez les pâtes et laissez cuire 8 minutes dès la reprise de l'ébullition. Ajoutez ensuite les épinards et prolongez la cuisson 2 minutes.
2. Rincez et râpez le zeste du citron. Égouttez le mélange pâtes épinards et mettez-le dans un plat creux. Ajoutez le zeste du citron, un généreux filet d'huile d'olive, l'origan effeuillé et quelques tours de moulin à poivre. Mélangez et servez aussitôt.

GOURMAND CROQUANT



Bagels sans gluten Harmonie, authenticité et plaisir, c'est avec ces trois valeurs qu'Alice Angotti a lancé son entreprise, Piaf, une boulangerie artisanale et digitale 100% sans gluten. Des pains au levain, baguettes et bagels, cookies et brioches concoctés avec patience et amour, en sélectionnant les ingrédients de meilleure qualité, bios et facilement digestes. Plusieurs épiceries, traiteurs et take-away lui font déjà confiance, et tous les produits peuvent être commandés et livrés dans toute la région genevoise. [VF] piafglutenfree.com



Pêche sans filet Start-up issue du groupe Nestlé, Garden Gourmet continue d'étendre son offre d'alternatives végétales aux produits animaux. Son Marine Style Crispy Filet fournit aux amateurs de poissons panés un substitut à base de plantes, pois et protéines de blé en l'occurrence.

La texture rappelle en effet celle du célèbre fish & chips, le Nutri-Score A permet de le déguster sans mauvaise conscience, avec une simple tranche de citron. [VF] Marine Style Crispy Filet, Garden Gourmet, 5 fr. 95 les 180 gr, en vente chez Coop