

Wolvendael^{N°} 519

JOURNAL UCCLOIS DES INFORMATIONS COMMUNALES, CULTURELLES ET COMMERCIALES
UKKELS BLAD VOOR GEMEENTELIJKE, CULTURELE EN HANDELSINFORMATIE

MAGAZINE

LUNDI 15 MAI À 20H15
ENLIVRONS-NOUS
AVEC...
**MAURICE
BÉJART**
ET MICHEL ROBERT

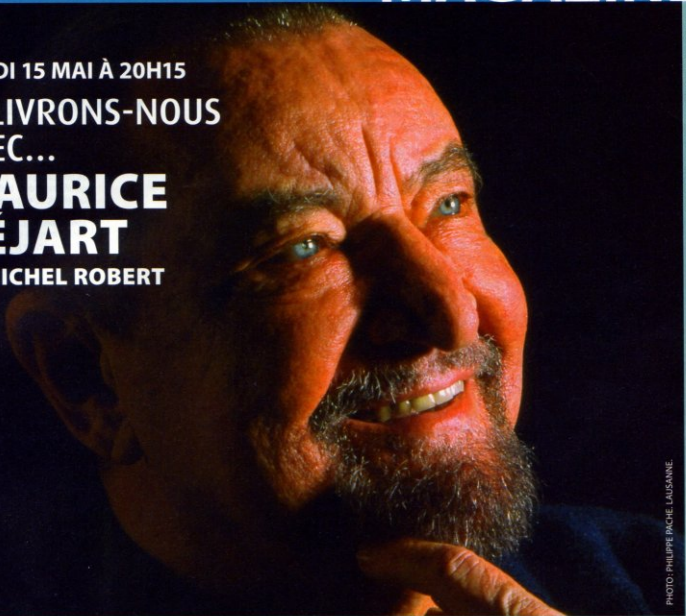


PHOTO: PHILIPPE JACIE, LAUSANNE.

DOSSIER: TERRASSES ET JARDINS DES RESTOS D'UCCLE



**L'INDE
PAYS DE CONTRASTES**

CINÉ CLUB



14 MAI 2006
À 10H15

**LE PROMENEUR DU
CHAMP DE MARS**

wolvendael

DIET IN THE BOX : LE RÉGIME QUI A DU GOÛT !

NAISSANCE D'UN CONCEPT

Proposer des plats frais et naturels, mijotés maison contenant maximum 400 Kcal par portion, tel était le pari fou lancé par Diet in the Box. Deux ans plus tard, pari tenu pour cette jeune société belge ! C'est en 2003, que David Douenias, jeune entrepreneur dynamique et aujourd'hui administrateur délégué de la société, rencontre Francis Wens, fondateur de nombreux centres d'aminçissement. A l'époque où poudres et sachets protéinés font fureur, David Douenias est le premier à vouloir proposer sur le marché des plats légers et sains. Des produits inédits, frais, sans colorants ni conservateurs.

L'expérience de Francis Wens permettra la mise au point de recettes légères et savoureuses à la composition rigoureusement contrôlée.

Car chez Diet in the Box, l'improvisation n'existe pas. Chaque portion se compose de 200 gr de légumes, de 150 gr de protéines (poisson, viande ou volaille) et de 50 gr de sauce. Quant aux calories, elles varient entre 310 et 400 par plat. De quoi se faire plaisir sans culpabiliser !

Diet in the Box, c'est avant tout des plats faits maison sous la houlette d'un Chef, toujours présent en cuisine. Une cuisine où les produits frais sont mis à l'honneur dans le respect des traditions culinaires. Important à signaler, aucun ajout, conservateur ou colorant ne vient entaché les aliments. Les plats peuvent donc être également surgelés sans crainte. Des plats frais et light, sans aucun adjuvant qui cependant le bon goût de la cuisine familiale.

CHEZ SOI OU AU BUREAU, DES PLATS À CONSOMMER SANS MODÉRATION

Si à l'origine, les plats Diet in the Box ont été élaborés en collaboration étroite avec un grand centre de diététique, il serait réducteur de limiter leur consommation aux seules personnes soucieuses de perdre du poids. Bien sur, ils s'intègrent parfaitement dans le cadre d'un régime basse calorie ou d'une diète protéinée. Mais, ils permettent surtout de manger quotidiennement des produits frais, sains et légers.

Lassés de l'éternelle pose sandwich ou salade au bureau ? Diet in the Box vous propose une nouvelle alternative saine et gourmande. Enfouissez quelques minutes votre barquette individuelle dans un four à micro-onde et à vous le plaisir de savourer des scampis aux petits légumes ou du poulet exotique. Pas envie de cuisiner pour vos chères têtes blondes ? Ils apprécieront les boulettes niçoises ou autres poivrons farcis. Impossible de ne pas trouver son bonheur parmi les 23 plats proposés qui évoluent d'ailleurs au fil des saisons. Coup de cœur pour le trio de poissons ou les saucisses de veau qui feront également le bonheur des petits gastronomes. Avoir au frigo ou au congélateur des plats Diet in the Box permet de surveiller sa ligne à tout moments et de se sentir bien, sans frustration.

En bref, Diet in the Box, c'est...

* Des plats light pour ceux qui souhaitent perdre du poids mais aussi pour les autres.



* Des plats sains et équilibrés à maximum 400 Kcal la barquette.

* Une cuisine savoureuse sans colorant, conservateur et autre adjuvant artificiel.

* Un contrôle rigoureux de toute la production.

* Une gamme variée de plats qui satisferont les palais les plus exigeants.

* Conservation durant 10 jours au frigo. Congélation possible.

* Les plats Diet in the Box sont disponibles chez les Déli Traiteurs, dans certains GB Express ou sur simple commande (livraison gratuite sur Bruxelles à partir de l'achat de 10 plats).

* Prix d'achat : entre 7 € et 9 € le plat.

DIET IN THE BOX
Rue de l'Hôtel des Monnaies, 136
1060 Bruxelles
Tél. : 02/ 534 24 63
Fax : 02/ 534 31 67
info@zefood.be
www.dietinthebox.com



La Perle d'Uccle

Ouvert 7 jours sur 7
de 10h00 à 22h00
Cuisine non-stop
de 11h30 à 21h30

Grande
Terrasse

- ☞ En semaine : menu du jour à 7€ (potage+plat)
- ☞ Le week-end : menu à 12€ (entrée+plat+dessert)
menu à 25€ (apéritif+entrée+plat+dessert)
- ☞ Une grande carte variée
- ☞ 10 préparations différentes de moules de 13,50 à 15€
- ☞ En été, grande carte de 14 salades différentes de 7,50 à 11€

540, avenue Brugmann - 1180 Bruxelles (place danco)
Tél. 02/ 376 44 01

Saveurs d'Asie
Restaurant - Traiteur

Plat du jour 2 services 8 €
Menu à pd 19 €
Menu dégustation 33,50 €
Menu fondues 33,50 €

Vin de France et
d'ailleurs à pd 15 €

SPÉCIALITÉS

Cuisses de poulet désossées
grillées au miel et à la citronnelle
Marmite au fruit de mer
et curry basilic
Chaussons de scampis
à la vapeur sauce huître

Av de Fré, 195 - 1180 Bruxelles

Tél 02/ 375 19 52

Heure d'ouverture de 12h à 15h et de 18h à 23h