



Dubble intègre les algues dans sa nouvelle carte de printemps

L'enseigne de restauration rapide healthy propose une offre novatrice et créative renouvelée 4 fois par an, à chaque changement de saison. Avec l'arrivée du printemps, Dubble collabore avec Neptune Elements pour proposer une **nouvelle carte mettant à l'honneur un super aliment tout droit venu des Côtes bretonnes : les algues** ! Vertes, brunes ou rouges, les algues ne se trouvent pas que sur la plage : elles apportent aussi un ensemble de nutriments excellents pour la santé et représentent une alternative naturelle au sel.

Deux marques, les mêmes valeurs

Particulièrement attentive à la dimension nutritive de ses recettes et ayant à cœur de valoriser les produits sains et français, c'est tout naturellement que Dubble a choisi de collaborer avec Neptune Elements pour sa carte de printemps.

La jeune pousse a pour mission de démocratiser les algues dans l'alimentation et de développer la filière : Neptune Elements propose en effet des algues françaises à l'origine contrôlée et au goût exceptionnel. La marque a fait le choix de cultiver ses algues afin de rendre la ressource durable (les algues de culture ne représentent que 4% des algues en France).



De plus en plus, considérées comme des superaliments, les algues sont également reconnues pour leurs propriétés gustatives et inspirent les chefs ! Elles contiennent une variété de nutriments supérieure à n'importe quel aliment terrestre. Mais quels sont réellement leurs bienfaits et quel intérêt à les intégrer à des recettes ?



1. Ce sont de vraies bombes nutritionnelles (apports en fibres, protéines, vitamines, minéraux, iode) !
2. Elles ont un goût umami addictif et possèdent une grande variété aromatique.
3. Elles peuvent remplacer le sel.
4. Elles sont une alternative intéressantes à la viande grâce à leurs apports en fer et en protéines.

5. Elles sont faciles à cuisiner : les algues se saupoudrent dans tous les plats et se réhydratent naturellement au contact des autres aliments.

6. Elles sont bonnes pour la planète : elles capturent 3,5 fois plus de CO2 que la forêt amazonienne.

7. Et enfin, consommer Neptune Elements valorise le local et le made in France !

Savoir pourquoi les consommer est une chose mais les cuisiner en est une autre ! Pour ce faire, Dubble présente 2 recettes parfaites pour les apéritifs ensoleillés (tartinables et dips) ou pour accompagner les petits plats du quotidien ! Ces spécialités sont notamment à retrouver sur les cartes des restaurants Dubble à travers plusieurs recettes de bowls et de salades printanières. L'enseigne propose également des animations et des dégustations en restaurants pour faire de la pédagogie autour du produit ! Ces recettes et conseils sont à retrouver [ici, sur le blog Dubble](#) !



Le crackers d'algues & sarrasin maison par Dubble

- 70 g de farine de sarrasin
- 15 g de flocons d'avoine
- 20 g de sésame noir
- 10 g d'algues
- 65 ml d'eau
- 25 ml d'huile d'arachide ou de tournesol
- Fleur de sel

1. Préchauffer le four à 180°
 2. Mélanger tous les ingrédients secs dans un saladier avec une cuillère.
 3. Ajouter l'eau et l'huile.
 4. Bien mélanger à la cuillère.
 5. Étaler une feuille de papier sulfurisé sur une plaque du four.
 6. Déposer le mélange en l'étalant un peu à la spatule.
 7. Déposer une 2e feuille de papier sulfurisé et étaler complètement la pâte entre les deux feuilles avec un rouleau. Il faut que la pâte soit très fine (attention de ne pas laisser d'épaisseur sur les bords).
 8. Enlever délicatement la feuille du dessus et enfourner pendant 20/25 mn.
 9. Le cracker doit être sec.
 10. Laisser refroidir puis couper en éclats.
- Les crackers se conservent dans une boîte hermétique pendant 3/4 jours.

Le tartare d'algues maison par Dubble

- 10 g d'algues Dulse Neptune Elements
- 10 g d'algues Kombu Royal Neptune Elements
- 1 cornichon
- 1/4 d'une petite échalote
- 1 giclée de jus de citron
- 15 ml d'huile d'olive
- Quelques tours de moulin à poivre



1. Mélanger les algues avec l'huile d'olive et le citron
2. Couper très finement les cornichons et l'échalote en tout petits dés et ajouter à la préparation.
3. Remélanger le tout et laisser quelques heures au frais pour que les algues se réhydratent.



À propos de [DUBBLE FOOD](#)

Depuis sa création en 2006, Dubble Food, concept de restauration healthy en franchise propose une offre saine et équilibrée, pensée pour la pause déjeuner des actifs. Les recettes sont préparées sur place, chaque jour, avec des produits frais et des superaliments. À ce jour Dubble Food compte plus de 50 restaurants en France.