

Mé-Mé : la boisson hydratante

ENDORPHINMAG.FR
by Marion WOJTKOWSKI



Credit photo: Marion Wojtkowski



© M. Wojtkowski

Mé-Mé une marque biologique

Mé-Mé est une marque de boissons biologiques et prêtes à l'emploi pour les sportifs et actifs. Toutes les boissons sont élaborées à base de thé vert Matcha, d'eaux végétales ou de source et très légèrement dosées en fructose pour booster et détoxifier l'organisme avant, pendant et après une séance de sport ou tout au long de la journée.

Aucun conservateur ou additif ajouté afin de maintenir la fonction des nutriments et vitamines. Trois types de boisson sont proposées : la boisson endurante (pour préparer l'effort), la boisson énergisante (pendant le sport) et la nouvelle boisson hydratante (après l'effort, pour la récupération).

Les vertus du Matcha

Le thé Matcha est considéré comme l'un des thés verts les plus raffinés en Asie, notamment au Japon où il est utilisé lors de la cérémonie du thé. Le thé vert Matcha est connu pour son goût, ses vertus et sa couleur qui proviennent non pas des feuilles utilisées mais de la manière dont elles sont cultivées, séchées puis préparées.

Vitamines, minéraux, antioxydants sont ses composants, pour des vertus variées telles que : tonique et énergisant grâce à sa richesse en caféine, concentration et vivacité d'esprit grâce à la forte teneur en L-theanine et antioxydant, le thé Matcha contient 130 fois plus d'antioxydants que les baies de goji ou d'açaï.

La boisson hydratante : Matcha, eau de bouleau et sucre de raisin

L'eau de bouleau a des vertus drainantes et régénérantes qui favorisent l'élimination rapide de l'acide lactique après l'effort afin d'éviter toute courbature. Sa richesse en minéraux et oligo-éléments reminéralise également le métabolisme et participe au renforcement des ligaments et articulations. Grâce à sa teneur élevée en électrolytes et micronutriments, le bouleau apporte un équilibre isotonique exceptionnel et idéal pour se réhydrater après toute activité. Le sucre de raisin utilisé dans cette boisson est composé à 95% de fructose. Véritable sucre lent naturel, il est facilement assimilable par notre organisme et bénéficiant d'un index glycémique faible, il évite toute envie de fringale sucrée après une activité.



Ingrédients : eau de bouleau* (97%), sucres issus de raisin*, matcha* (0,5%) (*ingrédients issus de l'agriculture biologique)

LE TEST

Nous l'avons testé pour vous !

La boisson Mé-Mé hydratante se consomme après l'effort et de préférence très frais. Peu sucrée et au léger goût de thé, la boisson est très rafraîchissante et hydratante. Le faible contenant (330 ml) donne un goût de trop peu qu'on aurait bien prolongé par une plus grosse quantité, surtout après un effort sportif d'endurance. Secouer avant consommation et conserver au frais et à consommer dans les 3 jours après ouverture. Le format est pratique et l'emballage en carton conserve assez bien la fraîcheur. Sans conservateur ni additif, l'emballage est aussi entièrement recyclable. C'est bon et en plus c'est bon pour la santé !

Prix : 3,30 euros/pack (possibilité de commander par 6 ou par 12 en mixant les différentes boissons).

ENDORPHIN

Valeurs nutritionnelles pour 100 ml :

Energie	36kJ/8kcal
Matières grasses	0g (dont acides gras saturés 0g)
Glucides	2,1g (dont sucres 2,1g)
Fibres alimentaires	0g
Protéines	0g
Sel	<0,03g

Plus d'infos : <http://www.meme-sport.com>

