

© North Sébastien pour 360 North



Healthy

En dernière année d'étude en école de management, Arthur et Nathan viennent d'ouvrir leur restaurant fast-foodtech de « *burger du corps et de l'esprit* » **Le Labo**. Pour démocratiser « *l'alimentation intelligente* » et permettre aux clients de participer au bon développement des acteurs locaux, tout est fait maison avec des produits traçables et dans un rayon de 250 km. Afin d'atteindre leur objectif de nourriture saine pas trop onéreuse, ils ont fait appel à un nutritionniste ainsi qu'au chef Stéphane Humbert récompensé par le *Guide Michelin* pour ses services au GOH. Adapté à tous, le duo propose une carte indiquant les valeurs nutritionnelles de chaque met, soit des salades et burgers composés de viande, houmous, protéines végétales, ou encore insectes sous la forme de galette. Pour finir en douceur, la pâtissière de Gat'ô, Sarah Abitan livre ses desserts au restaurant. Soucieux avant tout d'offrir une nourriture saine aux jeunes, le duo propose une réduction de 10% pour les étudiants, permettant un menu aux alentours d'une dizaine d'euros. # I.P.

22 Rue des Balayeurs (Strasbourg)

f lelabofood



Jabiru, l'afroblend

Ouvert fin novembre par Gilles (en salle) et sa maman (en cuisine), ce café-restaurant qui porte le nom d'un grand échassier propose un voyage gustatif et visuel dans l'Afrique. Avec sa déco hyper colorée, ses boubous et peintures stylisées du continent, **Jabiru** offre l'embaras du choix dans un mix savoureux : velouté de patate douce, cornes de kudu à l'arachide, "boule boule" au manioc façon béninoise ou ivoirienne, purée de piment "shitoh" aux crevettes à la ghanéenne servie avec des Kenyan Chapati (galettes de pains traditionnelles) ou encore de la banane plantain frite. Les mets se mélangent pour une découverte tous azimuts, guidé par de fins connaisseurs qui pensent aux petites bourses avec un plat du jour à 9 €. Côté boissons, laissez-vous tenter par un gin tonic « *anti-palu pour expat* », infusé à la citronnelle africaine avec tonic des sources Soultzmat ou un Springbokkie, shooter fait de crème d'Amarula d'Afrique du Sud et de liqueur de menthe ! Les gourmands se délecteront d'une tarte citron meringuée au com-bava, petit agrume de Madagascar, et les vegans de cookies à la pâte d'arachide, noix de pécan et cacao tanzanien. *We love Africa ! # JJ.*

60 rue de Zurich (Strasbourg)

www.jabirucafe.com



En garde

Issue des arts martiaux ancestraux tels que le judo ou encore l'aïkido, la maîtrise de soi et le respect sont maîtres mots à l'**École de samourai** de Strasbourg. Dès 3 ans et à tout moment de l'année, il est possible d'y apprendre le Goshindo. Loin de l'esprit de compétition, cette grande famille pratique l'autodéfense. Du lundi au samedi, on y partage des séances conviviales tout en apprenant les techniques légendaires des samourais. # M.T.

www.samourai-strasbourg.com



Jubilatoire !

C'est une figure culte de l'humour qui débarque au Fil d'Eau de La Wantzenau : avec **Pépette et Papy à l'Élysée** (25/01, 20h30), voilà le drolatique et ex-Coco Boy Guy Montagné sur les planches. Avec Sylvie Raboutet, il nous emporte dans un tourbillon de rire. Pépette vit à la campagne chez son grand-père. Passionnée par la politique, la gamine suit la campagne présidentielle sous les railleries du vieux réac'. Enthousiasmée par le tsunami En Marche, elle se lance pour conquérir l'Élysée. Une pièce d'un humour sans pitié pour la classe politique. # S.Q.

www.lefileau.fr – www.guymontagne.fr



Best of Bestheim

La nouvelle cuvée de la Cave Bestheim située à Bennwihr, (réunissant 450 familles de coopérateurs réparties sur 71 communes) est une pure merveille. Le **Gewurztraminer Sélection de Grains Nobles 2017** résulte du pressurage très doux de raisins atteints de "pourriture noble, le fameux *Botrytis cinerea*. Il présente une robe d'un jaune intense tandis qu'en bouche s'épanouissent des notes de vanille, de cannelle, de miel, et de fruits jaunes très mûrs. Un vin d'exception idéal pour accompagner un foie gras. # R.Z.

www.bestheim.com

Labus d'alcool est dangereux pour la santé, consommez avec modération