

Menu to Shop planifie, chaque semaine, gratuitement vos repas

LIFESTYLE

15 JANVIER 2018
CAMILLE HANOT

Et s'il existait un site pour établir vos menus de repas et la liste de courses associée. Et ce, en ne choisissant que des recettes savoureuses et prêtes en maximum 35 minutes. Ce site existe, il s'appelle Menu to Shop et il est gratuit.

Qu'est-ce qu'on mange ce soir?

Le site menutoshop.com a été créé il y a un an et demi pour que cette question ne vienne plus jamais pourrir votre quotidien. **Le principe:** chaque semaine, la plateforme propose 5 recettes de repas de 35 min, cuisson comprise, (oui, vous avez bien lu) pour les 5 soirs de la semaine et ce, avec la liste de courses organisés par rayons. **Résultat:** un max de temps gagné.

Des recettes savoureuses et équilibrées

Chaque semaine, le menu propose un plat viande, un plat poisson, un plat vegan, un plat végétarien et un plat « surprise » en fonction de l'humeur du chef. Chaque recette a été essayée et bien évidemment validée avant de se retrouver sur le site. Comme l'explique la fondatrice de Menu to Shop, Marie-Pascale Gérard: « ce qui se cache derrière ce site, c'est finalement une meilleure façon de s'organiser pour un gain de temps et d'argent. Parce que si vous suivez à la lettre mes recettes de la semaine, votre budget ne doit pas dépasser les 80-90 euros. Puisqu'il n'y a qu'une fois par semaine de la viande et du poisson. » Finalement, n'est-ce pas exactement ce que l'on recherche toutes?

En pratique:

Menu to Shop est un site entièrement gratuit. Il suffit de s'inscrire par e-mail et chaque vendredi, vous retrouverez dans votre boîte mails les suggestions de la semaine avec la liste de course. Cette semaine (15/01), Menu to Shop propose un Hot-duck, une pizza patate douce, une quiche au cabillaud, fenouil et tomates

séchées, un plat chou rouge et boudin noir, Lo Mein et le petit +? Un cake à la grenade. Le samedi, vous recevrez également un autre mail sous forme de vidéo, avec une idée de repas convivial (exemple: wraps, hamburger) toujours accompagné de sa petite liste de course. Soyons honnêtes, ce concept va révolutionner notre vie!

Plus d'infos sur menutoshop.com mais aussi sur [Facebook](#) et [Instagram](#).