

Une nouvelle adresse qui mêle énergie et gourmandise

Une nouvelle adresse vient d'ouvrir qui pourrait bien séduire les amateurs de plaisirs sucrés à déguster sans culpabiliser. Avec Sweet & Fit, Laurie Lefaire propose un concept peu présent en Sud-Gironde : un smoothie bar où nutrition, énergie et gourmandise ne font qu'un.

Habitante d'Origne, cette trentenaire a toujours été attirée par la cuisine et la pâtisserie. Après un parcours dans la petite enfance et une tentative de reconversion, c'est une expérience personnelle qui va donner un nouveau sens à son projet. « J'ai commencé une remise en forme en avril dernier, j'ai perdu 22 kilos en moins d'un an. Ça m'a vraiment convaincue », confie-t-elle. De cette transformation est née l'envie de proposer une alternative saine et gourmande.

Chez Sweet & Fit, les smoothies sont pensés pour contribuer aux apports nutritionnels du quotidien. À la carte également : cocktails détox, boissons fruitées sans sucres, thés à l'aloë vera ou encore chocolats protéinés. Côté gourmandise : gaufres protéinées et pâtisseries healthy complètent l'offre. « L'idée, c'est de se faire plaisir tout en prenant soin de soi », résume la gérante.

Installé dans un local spacieux, le lieu a été conçu comme un espace de vie. Une partie dynamique, esprit bar, invite à l'échange, tandis qu'un coin plus cocooning, avec canapé, permet de se poser.



Laurie Lefaire ouvre une nouvelle adresse qui mêle bien-être et gourmandise à Barsac. LAURIE LEFAIRE

Le choix de Barsac s'est imposé naturellement. « J'ai eu un coup de cœur en visitant le local et la commune m'a attiré par son dynamisme, son cadre », explique-t-elle, évoquant aussi un emplacement central, à proximité des autres commerces et services.

Des activités pour les enfants sont également envisagées, avec l'ambition de faire de Sweet & Fit un lieu vivant et accessible à tous. Horaires non fixes, fermé jeudi et dimanche.

Inauguration dimanche 29 mars à partir de 15 heures. 06 74 74 13 69.

A. D.