



J'ai découvert DOSE sur le blog «[le bonheur vient](#)» (un très joli nouveau blog bordelais à mettre dans vos favoris !), puis ensuite via les photos de ma copine Bergeou (un autre blog à mettre en favoris !). Pour moi qui suis dans une phase «[découverte de la cuisine végétarienne](#)» c'était donc la nouvelle adresse à tester.

DOSE, donc. Le concept est né de l'envie de Stéphanie, passionnée de voyages, entrepreneuse et épicurienne, de créer un lieu simple où « manger bien » serait une évidence, à la portée du plus grand nombre, et une toute transparence sur les produits utilisés et plats cuisinés.

Bio et locavore

Au final, vous avez un tout petit restaurant charmant, avec une jolie terrasse et une minuscule cuisine ouverte, où tout est bio, prioritairement locavore, avec une filière bio/équitable pour les

produits du monde. Les caisses de fruits et légumes en bois dans l'entrée, les coussins aux couleurs gaies, les tables en bois, la vaisselle, tout donne un sentiment de bien-être et de sincérité.



DOSE, c'est une équipe de 3 personnes. Stéphanie, qui s'occupe des jus : smoothies, green smoothies, nutri'smoothies, laits végétaux fait maison, jus detox élaborés avec une naturopathe. Kevin, confectionne les petits-déjeuners (3 formules gourmandes et saines pour bien démarrer la journée). Laurent le chef explore les possibilités infinies de la cuisine végétarienne et propose une cuisine goûteuse, créative et de jolies assiettes pleines de couleurs. La carte change tous les jours en fonction du marché et des livraisons des producteurs avec qui ils travaillent.

Stephanie souhaitait proposer une cuisine qui fait du bien au corps, aux yeux et au palais. Le pari est réussi, c'est le sentiment que l'on a en sortant de ce joli petit restaurant. •

DOSE Posologie Addictive : 33 quai Richelieu . Tél : 09 81 36 38 44. Ouvert du lundi au vendredi, de 08h à 15h, et le samedi, de 10h30 à 16h (petits-déjeuners jusqu'à 12h).

Livraison possible avec Take Eat Easy.

www.dose-jus-fooding.fr Facebook : www.facebook.com/dose.jus.fooding Instagram : @doselifestyle Twitter : @JusDose