



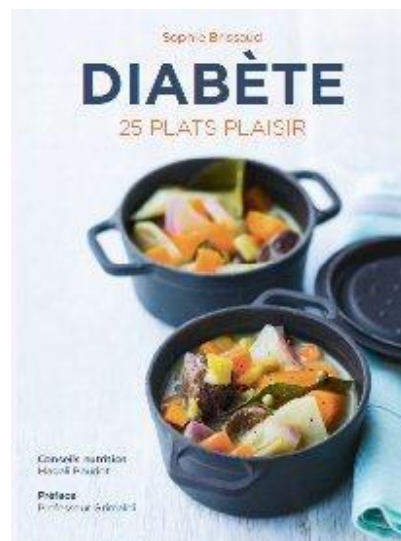
25 plats plaisirs pour personnes diabétiques. Sanofi collabore à l'élaboration d'un livre de recettes gourmandes et équilibrées.

Paris, France, le 6 novembre 2014 – A l'approche de *la Journée Mondiale du Diabète* consacrée cette année au thème « **Alimentation saine et diabète** », Sanofi présente en avant-première une sélection de recettes de plats et de desserts, adaptées aux personnes diabétiques, extraites du **livre de recettes « Diabète & Plaisir »**, à paraître aux Editions de La Martinière.

Un vrai livre de cuisine et non de régime !

« **Diabète & Plaisir** » est une collection de trois livres de 25 recettes équilibrées et gourmandes, conçues par **Sophie Brissaud, auteure culinaire et Magali Baudot, diététicienne-nutritionniste à l'hôpital de la Pitié Salpêtrière.**

« *Les recettes de cet ouvrage ont volontairement été conçues en intégrant du sucre et des matières grasses, de manière calibrée* », confesse **Magali Baudot, diététicienne-nutritionniste du service de diététique à l'hôpital de la Pitié Salpêtrière.** « *Contrairement aux idées reçues, lorsque l'on a du diabète, il faut avant tout apprendre à manger sans aucun interdit, de façon variée et surtout équilibrée. Ainsi, j'ai voulu montrer que le plaisir culinaire associé à des connaissances nutritionnelles simples, pouvaient participer à une meilleure gestion de sa maladie.* »



Les premières recettes du livre « Diabète et Plaisir » sont disponibles en avant-première sur le site internet www.sanofi-diabete.fr. Cette première sélection de recettes de plats et de desserts sera suivie par la mise en ligne d'une sélection de recettes d'entrées, courant janvier 2015.

« *Après le lancement cette année, en partenariat avec le CHU de Toulouse, de l'application mobile **Mon Glucocompteur**, nous sommes très heureux de nous être associés à la conception de ces recettes savoureuses dont la teneur en glucides a été évaluée. Nous espérons que ces deux outils pourront aider les patients à mieux gérer leurs repas au quotidien* ». souligne **Agnès Magnen, Directeur des Opérations Diabète, Sanofi France.**



Des outils pour aider les patients diabétiques à mieux équilibrer leur alimentation

Au-delà des fiches recettes, Sanofi propose différents outils pour aider les patients diabétiques à mieux équilibrer leur alimentation, accessibles à tous depuis le site internet www.sanofi-diabete.fr.



En mars dernier, le Centre Hospitalier Universitaire (CHU) de Toulouse et Sanofi ont mis à disposition sur les Stores (App Store et Google Play) **Mon Glucocompteur**, une application gratuite pour iPhone et Android à destination des patients diabétiques.

Conçu par la **diététicienne-nutritionniste Jacqueline Delaunay, de l'équipe de diabétologie du Pr Hélène Hanaire au CHU de Toulouse**, en partenariat avec Sanofi, initialement sous format papier, **Mon Glucocompteur** permet à la fois de calculer le nombre de glucides contenus dans son assiette, mais aussi d'estimer la dose d'insuline rapide* du repas en fonction du ratio préalablement évalué par un médecin diabétologue. Mon Glucocompteur calcule les glucides contenus dans plus de 300 plats simples ou composés et la présentation d'équivalents visuels facilite l'estimation des quantités et permet d'évaluer plus précisément leur apport glucidique.

*Les besoins en insuline rapide dépendent de plusieurs paramètres, en fonction des repas, activités physiques ou autre à définir avec son médecin.

Idées recettes

Coquilles Saint-Jacques sauce aux herbes

Ingrédients pour 4 personnes

PRÉPARATION : 20 minutes/ CUISSON : 5 minutes

APPORTS NUTRITIONNELS PAR PERSONNE : 6 carrés de sucre/ 1 carré de graisse



- 12 noix de Saint-Jacques fraîches ou décongelées
- 600 g de tagliatelles cuites
- 1 botte de persil plat bien frais
- 1/2 botte de cresson
- 1 gousse d'ail épluchée
- De 5 à 10 cl de lait écrémé
- Le jus de 1/2 citron
- Un filet d'huile d'olive
- Sel, poivre du moulin

1. Rincez et essuyez les Saint-Jacques, gardez-les au frais.

2. Effeuillez le persil et coupez les feuilles du cresson au ras des tiges sans délier la botte. Lavez et égouttez le tout. Faites bouillir une casserole d'eau légèrement salée et plongez-y le persil et le cresson. Au retour de l'ébullition, égouttez-les et plongez-les immédiatement dans de l'eau très froide (de préférence contenant quelques glaçons). Égouttez-les de nouveau et essorez-les bien entre vos mains.

3. Mettez les herbes essorées dans le bol d'un robot et ajoutez l'ail. Mixez en une purée fine, en ajoutant un peu de lait écrémé petit à petit jusqu'à ce que vous obteniez une consistance



onctueuse. Ajoutez le jus de citron, salez et poivrez. Faites chauffer doucement cette sauce dans une casserole sans la faire bouillir et gardez-la au chaud.

4. Enrobez les Saint-Jacques d'un filet d'huile d'olive, salez-les et poivrez-les, et poêlez-les sur feu moyen, sans trop les saisir, 2 minutes sur une face et 1 minute 1/2 sur l'autre face. Servez avec la sauce aux herbes et 150 g de tagliatelles cuites.

Crêpes à l'orange sanguine

Ingrédients pour 6 personnes

PRÉPARATION : 20 minutes/ REPOS : 2 heures/ CUISSON : 30 minutes environ

APPORTS NUTRITIONNELS PAR PERSONNE : 7 carrés de sucre/ 1 carré de graisse

Les crêpes

- 250 g de farine
- 1 pincée de sel
- 50 cl de lait demi-écrémé
- 4 œufs
- 1 cuillerée à café d'eau de fleur d'oranger
- 20 g de beurre pour la finition

La sauce à l'orange sanguine

- 3 oranges sanguines non traitées
- 20 g de sucre
- 1 cuillerée à café rase de Maïzena®



1. Pour les crêpes, mélangez la farine et le sel. Ajoutez les œufs un à un en mélangeant vigoureusement avec un fouet, puis délayez avec le lait en fouettant bien jusqu'à obtention d'une pâte sans grumeaux. Ajoutez l'eau de fleur d'oranger et laissez reposer cette pâte au moins 2 heures à température ambiante.

2. Préparez la sauce à l'orange sanguine : lavez et essuyez soigneusement les oranges. Prélevez le zeste d'une orange avec un économe et taillez-le en très fins filaments à l'aide d'un couteau tranchant. Pressez toutes les oranges pour obtenir le jus, retirez les pépins. Versez le jus dans une petite casserole, ajoutez les zestes et le sucre, puis faites cuire sur feu doux sans couvrir jusqu'à ce que la sauce soit légèrement sirupeuse.

3. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6).

4. Confectionnez les crêpes dans une crêpière anti adhérente, faites 2 crêpes par personne. Au fur et à mesure que vous les réalisez, pliez-les en quatre et rangez-les dans un plat à gratin. Quand le plat est rempli, versez la sauce sur les crêpes, parsemez de quelques noisettes de beurre et terminez la cuisson 10 minutes au four. Servez très chaud.

A propos du diabète

Le diabète est une maladie chronique qui présente deux grands types cliniques : le diabète de type 1, qui est une maladie auto-immune caractérisée par un défaut ou une insuffisance de la sécrétion d'insuline (hormone qui régule les concentrations de glucose sanguin) par le pancréas, et le diabète de type 2, qui est un trouble métabolique caractérisé par une production insuffisante d'insuline et une aptitude réduite de l'organisme à répondre à l'insuline qu'il sécrète (insulino-résistance). Le diabète de type 1 et le diabète de type 2 sont caractérisés par une élévation des concentrations de glucose sanguin (hyperglycémie). Au fil du temps, l'hyperglycémie non contrôlée entraîne des complications macrovasculaires et microvasculaires. Les complications macrovasculaires, qui affectent les gros vaisseaux sanguins, peuvent prendre la forme de crise cardiaque, d'accidents vasculaires cérébraux et de vasculopathies périphériques. Les complications microvasculaires affectent les petits vaisseaux sanguins des yeux (rétinopathie), des reins (néphropathie) et



des nerfs (neuropathie). En France, en 2011, le seuil des 3 millions de personnes traitées pour diabète a été franchi dont entre 650 000 et 750 000 patients insulinotraités selon la CNAMTS.

A propos des Editions de la Martinière

Créé en 1992 par Hervé de La Martinière, La Martinière Groupe est un groupe d'édition indépendant. Il est organisé en deux grands pôles éditoriaux : l'un essentiellement dédié à l'image (Editions de La Martinière), l'autre au texte (Seuil). Le groupe est présent à l'international avec ses trois filiales à l'étranger : Abrams aux États-Unis, La Martinière UK et Knesebeck en Allemagne. Les Éditions de La Martinière sont une référence dans le domaine des livres illustrés, notamment en gastronomie, santé, bien-être, photo, mode et design.

A propos de Sanofi Diabète

Sanofi s'engage à aider les patients à prendre en charge cette maladie complexe qu'est le diabète, en leur proposant des solutions innovantes, intégrées et personnalisées. Grâce à une écoute attentive des patients diabétiques et à son engagement à leurs côtés, le Groupe a formé plusieurs partenariats dans le but de développer des outils diagnostiques, des traitements, des services et des dispositifs médicaux, notamment des lecteurs de glycémie innovants. Sanofi commercialise des médicaments injectables et oraux pour le traitement du diabète de type 1 et de type 2. Le Groupe a obtenu une autorisation de mise sur le marché européenne pour un agoniste du récepteur du GLP-1 injectable, en association avec une insuline basale, et/ou en association avec des antidiabétiques oraux. Au-delà de la mise à disposition de traitements toujours plus performants, Sanofi Diabète s'engage également dans le soutien à la bonne utilisation de ses médicaments et dispositifs médicaux.

A propos de Sanofi

Sanofi est un leader mondial de la santé qui recherche, développe et commercialise des solutions thérapeutiques centrées sur les besoins des patients. Sanofi possède des atouts fondamentaux dans le domaine de la santé avec sept plateformes de croissance : la prise en charge du diabète, les vaccins humains, les produits innovants, la santé grand public, les marchés émergents, la santé animale et le nouveau Genzyme. Sanofi est coté à Paris (EURONEXT : SAN) et à New York (NYSE : SNY).

Contacts presse :

Sanofi

Sophie INGUIMBERTY

Tel : 01 57 62 00 56

communication-SAF@sanofi.com

Agence de presse Kingcom

Judith ROZENBLUM

Tel : 01 80 06 87 04

j.rozenblum@kingcom.fr