**Zaventem, 8 décembre 15 - Pas faim… Pas le temps… Pas l’habitude… Autant de prétextes qui font que 1 Belge sur 5[[1]](#footnote--1) saute le petit déjeuner, se privant ainsi d’une bonne dose d’énergie et de nombreux avantages pour la santé. Alternative saine, pratique et savoureuse au petit déjeuner traditionnel, les flocons d’avoine ont tout pour plaire. Mais malgré tous ces atouts, les Belges n’en ont pas encore fait l’ingrédient principal du repas le plus important de la journée. 64% des Belges[[2]](#footnote-0) n’envisagent pas cette céréale comme une alternative saine au petit déjeuner tandis que 41% pensent que les flocons d’avoine doivent impérativement se consommer chauds ou cuits. Producteur de flocons d’avoine depuis 1877, Quaker veut réveiller l’amateur de flocons d’avoine qui sommeille en chacun de nous. Comment ? En diffusant l’indispensable #QuakerGoodness à l’aide de suggestions, de savoureuses recettes et de nouveaux produits à base de flocons d’avoine. Ensemble avec des recettes délicieux de entre autres l’ex-Miss Belgique Virginie Claes, foodwriter Marta Majewska ainsi les bloggeuses Dorothydancing.be et Augoutdemma.be, Quaker vous propose les nouveaux Quaker Oats Muesli Nuts et Multifruits : un muesli Et vous ? Vous craquez aussi pour les flocons d’avoine ? Décrouvrez tout sûr Quakeroats.be/QuakerGoodness**

**Quaker Goodness - les bienfaits des flocons d’avoine**

Quaker, c’est 100% d’avoine naturelle, sans colorants ni conservateurs, récoltée, lavée, décortiquée et cuite selon des procédés spécifiques afin de garantir sa teneur en fibres, lesquelles apportent rapidement un sentiment de satiété et favorisent le transit intestinal. L’avoine contient notamment beaucoup de fibres solubles, les bêta-glucanes. Des études ont démontré que 3 grammes de bêta-glucanes par jour suffisaient pour réduire activement le taux de cholestérol[[3]](#footnote-1). Une portion de 27 g de flocons d’avoine au petit déjeuner couvre 33% des besoins quotidiens.

**Nouveau ! Quaker Oats Muesli**

Quaker innove et étoffe sa gamme de flocons d’avoine en proposant Quaker Oats Muesli, un muesli composé exclusivement de céréales complètes et agrémenté de fruits et de noix. Offrez-vous un petit déjeuner solide et sain avec ce mix de céréales complètes et démarrez la journée sur les chapeaux de roue. Parmi les ingrédients, on trouve essentiellement des flocons d’avoine (58%), de l’épeautre, du seigle, des amandes et des fruits secs. Quaker Oats Muesli constitue ainsi une source naturelle de fibres, de vitamines et de minéraux.

**Quaker Oats Muesli Noix est composé de flocons d’avoine Quaker, auxquels on a ajouté de l’épeautre, du seigle, des graines de tournesol, des amandes et des fruits secs.**

*Ingrédients : avoine complète (58%), seigle complet (25%), fruits à coque (3,5% amandes, noisettes), épeautre complet (1,6%), dattes séchées, raisins secs, graines de tournesol, oligofructose, arômes*

**Quaker Oats Muesli Multifruit se compose de flocons d’avoine Quaker, mélangés à de l’épeautre, du seigle, des graines de tournesol et des fruits secs.**

*Ingrédients : avoine complète (58%), seigle complet (26%), fruits secs (8,5% dattes, raisins, pomme, fraises), épeautre complet (1,6%), graines de tournesol, oligofructose, arômes*

**En quête d’inspiration ?**

Saviez-vous que entre autres l’ex Miss Belgique Virginie Claes, foodie writer Marta Majewska ainsi la styliste de mode Ellen Kegels … étaient de grandes fans de flocons d’avoine ? Sur quakeroats.be, elles partagent avec quelques bloggeurs belges comme Dorothydancing.be, Augoutdemma.be, Thejourneyofruth.com, Mustbeyummie.com, Thehealthyeverafter.com, Eatgoodfeelgood.be… leurs recettes favorites à base de flocons d’avoine. Et vous ? Vous craquez aussi pour les flocons d’avoine ?

**Alors, faites comme elles et partagez votre recette et votre amour des flocons d’avoine sur quakeroats.be! #QuakerGoodness**

**NOTE A L’INTENTION DE LA REDACTION (NON DESTINEE A ETRE PUBLIEE)**

**Pour de plus amples informations :**

Bebble, Ilse Lambrechts, Tél. : + 32 (0) 476 98 11 55, [ilse@bebble.be](mailto:ilse@bebble.be)

Images disponibles sur <http://www.bebble.be>

**À propos de PepsiCo**

Les produits PepsiCo sont consommés un milliard de fois par jour dans plus de 200 pays et régions du monde. En 2014, PepsiCo a enregistré un chiffre d’affaires net de plus de 66 milliards de dollars, grâce à son portefeuille de marques complémentaires d’alimentation et de boissons : Frito-Lay, Gatorade, Pepsi, Quaker et Tropicana, etc. Composé d'une large gamme de boissons et de produits alimentaires savoureux, le portefeuille de produits PepsiCo comporte notamment 22 marques phares générant chacune un chiffre d'affaires annuel estimé à plus d'1 milliard de dollars. Au cœur de l’ADN de PepsiCo, le projet Performance With Purpose nous conduit à générer des performances financières de premier ordre, tout en créant une croissance durable et une valeur d’entreprise. Cela se traduit par : proposer une large gamme de boissons et de produits alimentaires plaisir et sains, réduire au maximum notre empreinte environnementale et nos coûts d'exploitation par l’innovation, offrir à nos collaborateurs un cadre de travail à la fois agréable et sécurisant, et enfin s’investir auprès des communautés locales au sein desquelles nous sommes présents, les soutenir et les respecter. Pour plus d'informations, rendez-vous sur [www.pepsico.com](http://www.pepsico.com/).

PepsiCo BeLux propose des marques de renom telles que 7UP, Alvalle, Doritos, Duyvis, Gatorade, Lay's, Looza, Mirinda, Mountain Dew, Naked, Pepsi, Quaker, Smiths, Snack a Jacks et Tropicana et compte parmi les 8 principales sociétés agroalimentaires de Belgique. En Belgique et au Luxembourg, Pepsico Belux occupe quelque 900 collaborateurs répartis sur trois sites, dont deux usines de production. Pour de plus amples informations, veuillez consulter: [www.pepsico.be](http://www.pepsico.be).

1. http://www.foodinaction.com/nl/ontbijt-meldt-zich-op-het-spreekuur-2/ [↑](#footnote-ref--1)
2. Source : Quaker Oat research, Ipsos 2015 [↑](#footnote-ref-0)
3. dans le cadre d’un régime alimentaire varié et équilibré et d’un mode de vie sain. [↑](#footnote-ref-1)