

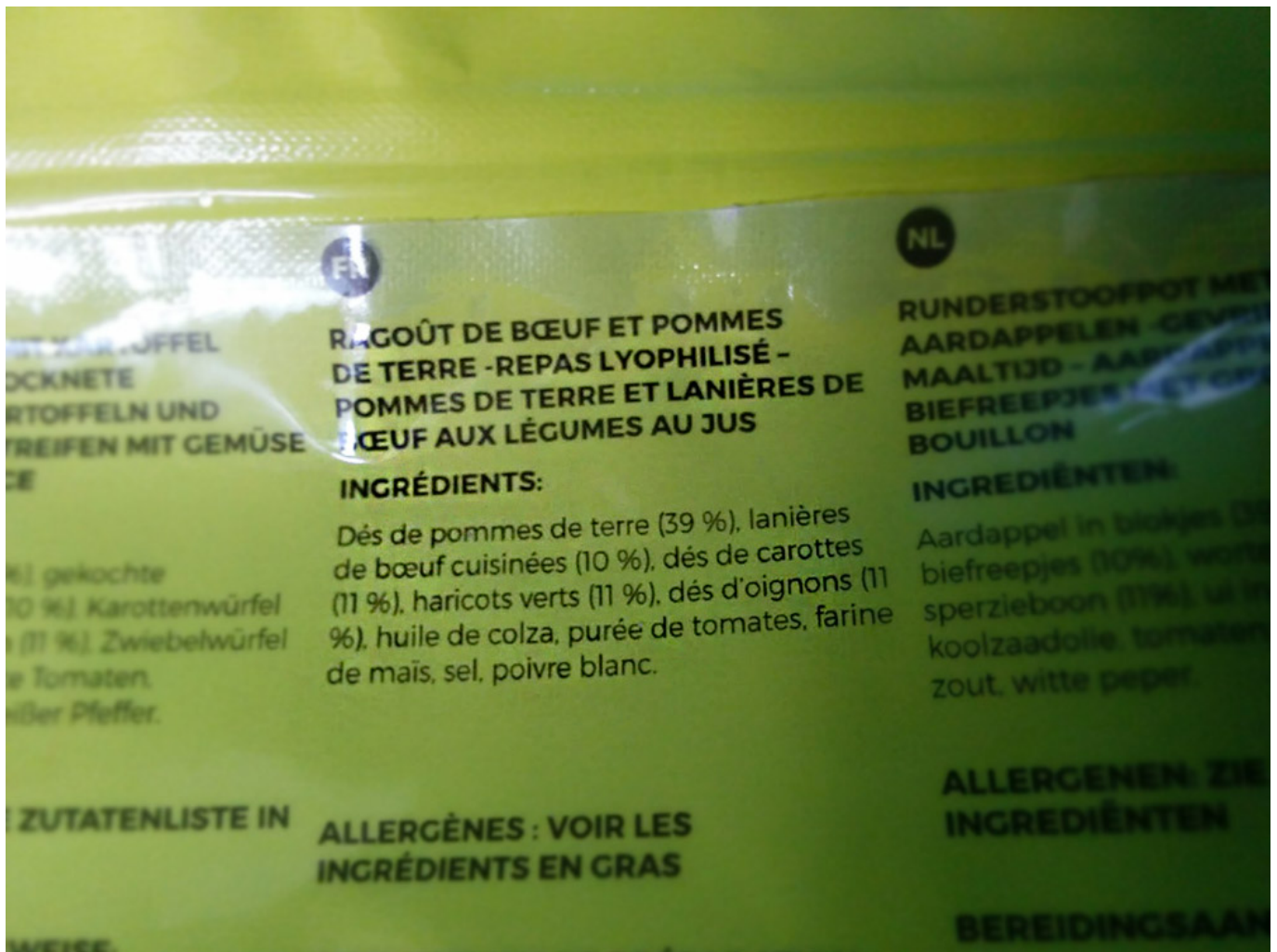
Summit to eat est une marque récente dans le milieu de la bouffe outdoor / plat lyophilisé. Par contre ce n'est pas si nouveau que ça car c'est ni plus ni moins la relève de la célèbre marque Mountain House.

Summit To Eat est une marque de lyophilisés fabriquée en Angleterre. D'ailleurs, c'est la même usine qui fabriquait Mountain House auparavant. Les repas sont qualitatifs car cuisinés avec des ingrédients pour la plupart naturels puis lyophilisés. Les sachets contiennent 100% de lyophilisés et se conservent 7 ans. Le principal avantage des recettes Summit To Eat est la haute valeur énergétique contenue par sachet : soit plus de 600 Kcal pour environ 120g pour les plats principaux. Ces sachets vous suivront partout dans vos aventures, quelques soient vos efforts : randonnée, courses en autonomie, trek...



Aujourd'hui sur le banc de test (qui n'est autre que ma bouche en fait, et pas un banc) le [plat principal Ragoût de boeuf et pomme de terre](#)

## Plat lyophilisé, caractéristiques



### **Ingrédients:**

- Dés de pommes de terre (39%), lanières de boeuf cuisinées (10%), dés de carottes (11%), haricots verts (11%), dés d'oignons (11%), huile de colza, purée de tomates, farine de maïs, sel, poivre blanc.

À noter que les ingrédients sont 100% naturels sans présence d'allergène ou de gluten

**Caractéristiques:**

<b>Poids net (g)</b>	118
<b>Poids brut (g)</b>	142
<b>Nombre de portions</b>	1
<b>Volume d'eau à rajouter (ml)</b>	360
<b>Poids réhydratés (g)</b>	478
<b>Temps de préparation</b>	8 minutes
<b>Durée de vie (à partir de la date de fabrication)</b>	7 ans



**Apport nutritifs:**



<b>Valeur énergétique en Kcal</b>	622
<b>Valeur énergétique en Kj</b>	2595
<b>Protéines en g</b>	23,5
<b>Glucides en g</b>	45,9
<b>Lipides en g</b>	36,2

## Conditions d'utilisation

Utilisé sur une longue journée de plus de 12h en partie d'airsoft (activité élevée). Plat principal uniquement, premier repas à 6h45, repas Summit to eat consommé à 12h30. Repas consommé dans le sachet avec la housse H(eat) Néoprène maintient au chaud ([voir le test ici](#)).

## Avis sur ce plat lyophilisé

Afin d'être le plus objectif possible mon avis sera évalué sur un barème de 30 points regroupant à la fois le gout et l'aspect mais aussi l'apport nutritionnel, le prix et le coté pratique.



### **Aspect pratique - 5/5**

- encombrement minimum pour un produit lyophilisé.
- couleur vive, pratique pour le retrouver dans le sac
- nombreux repères de niveau pour l'eau à ajouter
- besoin en eau très raisonnable (360ml contre 400 en moyenne)
- poids mini (118g)
- durée de vie correcte, 7 ans.

### **Texture - 3/5**

- la pomme de terre devient vite une purée
- viande et légumes en petit morceaux plutôt agréables
- viande plutôt ferme et haricot vert bien maintenus

### **Visuel - 2/5**

- bof bof c'est plutôt sans forme, j'ai vu beaucoup plus appétissant

### **Goût - 4/5**

- la viande est correcte
- les pomme de terre apportent de l'énergie mais sont plutôt fades
- l'ensemble est un peu épicé (j'aime)
- pas besoin d'ajouter sel ou poivre

### **Apport 5/5**

- super rapport poids / kcal
- très très bonne quantité une fois réhydraté
- plat plutôt bien équilibré

### **Prix 5/5**

- 5.81€ - prix attractif (surtout avec la promo -10%)

### **Note globale: 24/30**

Le plat se place dans le haut du panier par son rapport poids/apport très intéressant. Le prix est aussi un sacré avantage. Summit to eat bénéficie du savoir faire de Mountain House et n'a pas à faire ses preuves. Ce repack (on peut voir ça comme ça) est plutôt une bonne nouvelle pour les aficionados des plat lyophilisés!

**Vous pouvez retrouver [ce plat et toute la gamme Summit to eat chez Lyophilise.fr](https://nopanic.fr) et profiter de -10% avec le code LYOPANIC10**