

J'aime pas avoir faim, je deviens agressif et j'ai du mal à me concentrer, j'ai trouvé chez [lyophilise.fr](https://lyophilise.fr) un kit inspiré des MRE (Meal Ready to Eat) / Ration de combat individuelle réchauffable.

## Caractéristiques

Avoir ce kit avec soi au fond de son sac ou dans sa boîte à gant, c'est avoir l'équivalent d'une ration alimentaire pour une journée, sans réchaud ou autres accessoires de chauffe nécessaires. Il est composé d'un plat autochauffant, d'une barre de flocons d'avoine, d'une boisson reminéralisante et d'un paquet de gâteaux outdoor. Il existe plusieurs sortes de plats : bœuf, poisson, poulet et végétarien.

Nous avons conçu et sélectionné des produits permettant d'avoir un apport énergétique intéressant et d'être en autonomie en n'ayant aucunement besoin de feu ou même de gaz. Le réchauffeur sans flamme en ajoutant simplement 60 ml d'eau permet d'activer le système de chauffe et de manger un plat chaud à n'importe quel endroit. Ces rations MRE (Ready-to-eat Meals) préparés par nos soins peuvent se stocker ou s'utiliser facilement par leur taille compacte. La boisson minéralisante doit s'ajouter dans 800 ml d'eau pour un apport en glucides important.



**Niveau calorie, le kit Bœuf se compose de:**

Chili Con Carne - 572 Kcal

Flapjack - Barre de flocons d'avoine - 425 Kcal

biscuits outdoor MSI - 540Kcal

Xiss Boisson Minérale - 212 Kcal

**TOTAL - 1749 Kcal**

C'est un poil moins qu'un apport minimum quotidien pour un homme mais ça comble bien en attendant de rentrer à la maison! Les gâteau c'est du MSI, ils sont vraiment top... j'ai du mal à garder mon stock!

## Pourquoi c'est bien?

Les plats sont des plats cuisinés et ne nécessitent pas d'eau mis à part les 50ml pour le réchauffeur sans flamme. En effet, la ration se réchauffe en quelques minutes sans avoir besoin de source de chaleur extérieure. C'est assez rapide et surtout très pratique pour manger sur le pouce. Quelques situations qui justifient d'avoir ce genre de kit avec soi:

- au travail, sur un chantier, en déplacement
- en voiture en cas de panne ou d'intempérie et de bouchon
- en sortie quand on veut partir léger
- à l'école ou à la fac quand au RU c'est brocoli foie de veau
- en voyage ou en déplacement quand on veut pas mettre 17€ dans une escalope panée avec 1/4 de rouge degueu.

Bref, pour moi c'est sur, je vais en mettre un au fond du sac, et vous allez voir, l'essayer c'est l'adopter! Vous trouverez ça chez [lyophilise.fr](https://lyophilise.fr) et profitez de **-10% sur tout le site avec le code promo LYOPANIC10**