

L'eau du robinet, une eau à boire

Pour consommer l'eau du robinet dans les meilleures conditions, voici quelques petits conseils bien utiles.

une orange dans une carafe d'eau. L'eau du robinet vous accompagne au quotidien. Vous pouvez la consommer sans modération car sa qualité est irréprochable. Mais comme en tout, il y a l'art et la manière.

Voici nos conseils, trucs et astuces :

- soyez créatifs ! Ajoutez par exemple une rondelle d'orange, de citron ou quelques feuilles de menthe dans votre verre ou votre gourde d'eau ;

- n'utilisez jamais d'eau chaude pour faire du café ou du thé ni pour faire cuire les pâtes ou les légumes. Faites plutôt chauffer de l'eau froide ;

- renouvelez régulièrement l'eau de vos glaçons placés dans le réfrigérateur. L'eau ne se périmé pas mais un glaçon trop vieux ou réalisé dans un récipient mal approprié a mauvais goût. De plus, il trouble la limpidité du liquide que vous désirez refroidir ;

- laissez couler l'eau jusqu'à ce qu'elle soit fraîche avant de la boire ;

- remplissez votre carafe et laissez l'eau s'aérer, de manière à faire disparaître toute éventuelle odeur de chlore ;

- placez la carafe au frigo au moins 20 minutes avant consommation ;

- lavez la carafe lors de chaque utilisation.

Votre gourde vous accompagne à l'école, au sport ou au travail ? Bonne idée ! Privilégiez une gourde métallique. Elle présente plusieurs avantages :

- gourde métallique elle est hygiénique. L'eau est protégée de la lumière. Les bactéries se développent moins vite ;

- elle maintient la fraîcheur. L'eau reste fraîche plus longtemps dans une gourde métallique (à condition de l'abriter du soleil) ;

- elle est résistante. Une gourde métallique ne casse pas et ne fuit pas ;

- elle est durable. Utilisable à volonté... et pour longtemps !

- elle est pratique à entretenir. Comme la carafe, rincez-la avant chaque utilisation.