

Un Noël pas comme les autres pour Isabelle Joschke



Cette année, le Noël d'Isabelle Joschke est légèrement différent de celui des années précédentes...

En plein océan Pacifique à bord de son IMOCA MACSF, la skipper qui pointe actuellement en 8^e position du Vendée Globe après 45 jours de course va tout de même marquer le coup. Ses proches, ses sponsors et son équipe technique se sont pliés en quatre pour qu'elle ne se sente pas seule en cette journée particulière. Fêter Noël en mer a une saveur symbolique pour Isabelle qui l'avoue, son plus cadeau est d'être sur son bateau, d'avoir tenu bon jusqu'à ce 24 décembre...

Dîner de fête et petites surprises

Isabelle Joschke, qui a préparé elle-même son avitaillement, s'est réservé un repas spécial pour ce Noël austral : terrine de foies de volailles, confit de canard et gâteau qu'elle agrémentera d'une crème anglaise préparée sur le pouce.

Mais elle va également découvrir quelques petites surprises : bière, tablette de chocolat, branche de sapin, guirlande et boules de Noël pour se mettre dans l'ambiance.

Et pas de Noël sans cadeaux : en plus des présents et autres messages de ses proches et de ses sponsors, son équipe technique lui a également laissé une flopée de ballons de baudruche sur lesquels tout le monde a inscrit un petit mot ; il ne reste à la skipper de MACSF qu'à les gonfler pour découvrir les messages.

Son cadeau de Noël pour les terriens : la recette du bowl de l'été austral

On le sait, la skipper de l'IMOCA MACSF est très attachée à une alimentation saine mais sans oublier de se faire plaisir. Et même en course Isabelle s'offre des plats réconfortants. Après la crème Leeuwin créée la semaine dernière à l'occasion du passage du deuxième cap du Vendée Globe, elle s'est concocté un délicieux poke bowl qu'elle a baptisé « le bowl de l'été austral ».

Un déjeuner préparé avec les moyens du bord pour la skipper qui avait envie de fraîcheur dans son assiette. Et son petit cadeau healthy pour que les terriens puissent se remettre des fêtes de fin d'année !

Les ingrédients

Une salade de carottes râpées déshydratées (carottes, amandes, raisins secs, sésame...)
Des graines de chanvre
Du germe de blé
Un demi citron
De l'huile d'olive
Une galette de céréales bio
2 œufs mollets
Une petite bouteille de purée de fruits MONIN – Yuzu

La recette

Réhydrater la salade, ajouter le jus du citron et l'huile d'olive
Saupoudrer de graines de chanvre
Faire griller la galette à la poêle en la coupant en morceaux
Disposer le tout côte à côte dans le bol, avec les œufs
Saupoudrer de germe de blé
Ajouter quelques gouttes de Yuzu MONIN
Accompagner le tout de crackers de sarrasin

Le tour est joué, comme à la maison ! Bon appétit bien sûr ! Et joyeux Noël !

Contact presse MACSF

Julie Cornille 06 62 88 81 18- jcornille@oconnection.fr

[Voile MACSF](#)

A propos du groupe MACSF



Premier assureur des professionnels de santé, la MACSF (Mutuelle d'assurance du corps de santé français) est, depuis plus de 80 ans, au service de toutes les personnes exerçant une profession de santé en France. Elle emploie 1 500 collaborateurs et réalise un chiffre d'affaires de plus de 2 milliards d'euros. Fidèle à sa vocation de mutuelle professionnelle d'assurance, la MACSF assure les risques de la vie privée et professionnelle de plus d'un million de sociétaires et clients.