

## Faut-il manger de la Galette ?

Billet écrit et enregistré pour Radio-Présence, la radio chrétienne de Midi-Pyrénées

429 mots / 429 : ok

### Salut les amis :o) **Faut-il manger de la Galette ?**

Je rentre des vacances de Noël, ayant abusé des réveillons du 24 et du 31 décembre. Plus les repas invité chez les uns ou chez les autres, car j'ai voyagé pour revoir ma grande famille. Plus les chocolat qu'on nous a donnés, et ceux que j'ai offerts (et que j'ai du gouter aussi). Plus le froid qui ouvre l'appétit pour des menus plus lourds que d'hab'. Plus le mauvais temps qui n'incite guère à prendre le vélo ou à mettre les tennis pour courir. Je reprends donc l'année nouvelle avec le foie un peu engorgé et le ventre arrondis de quelques kilos de trop.

Et **c'est le moment des fameuses galettes**. Couronne des rois briochée à Toulouse, parfum de fleur d'oranger et décorés de sucre ou fruits confits.

Pâte feuilletée dorée à Paris avec ses rayures, souvent fourrée d'une exquisite frangipane. Ou sobres galettes de pâte brisée de Vendée.

Qu'on les trouve en boulangerie, passe : rien n'oblige à les manger.

Mais non, **on nous les fourre sous le nez**, avec obligation d'en prendre un morceau, dans toutes les réunions de janvier. Galette de la sortie de messe, galette du bureau, galette de la chorale, galette du labo, galette de réunion d'équipe, galette de l'association, galette du maire, ...

A mon boulot, celui qui par malchance avait la fève était obligé d'acheter la galette le lendemain : Nous étions 32, on mangeait donc de la galette pendant plus d'un mois. Sauf quand un petit malin préférait avaler la fève ;o) Ce n'est donc pas « *attrape moi si tu peux* » de la galette qui fuit l'ours dans le livre « **roule galette** ». C'est plutôt « *évite moi si tu peux* ». Car seuls les anorexiques et les asociaux peuvent refuser ces parts tentatrices.

Pas la peine de faire une étude approfondie pour comprendre que **ces galettes n'ont pas d'intérêt nutritionnel**. Seuls les œufs et les amandes apportent des nutriments utiles, mais ils sont bien cachés dans les calories de la farine, du sucre et du beurre. Quand on crevait la dalle, ces galettes étaient du pain béni. Maintenant qu'on mange trop, c'est dur. Y-a pas trente six solutions. Soit on fait bande à part en refusant poliment de la galette.

Soit on compense en se privant au repas suivant. Dommage car les aliments du repas sont plus intéressant que les gâteaux. Ou alors, on rajoute encore quelques grammes à nos kilos de graisses, en attendant le Carême pour retrouver la forme ;o). Alors galette une fois, pourquoi pas ? Mais galette tous les jours pendant un mois, non, c'est trop !

Je mets ces billets par écrit sur <http://Corpet.net> – et Podcasts Audio sur <https://www.radiopresence.com/emissions/societe/les-chroniques/le-clin-d-oeil-de-denis-corpet/>  
Idéal 430 mots. timing = 2'18 passe Mer 10 janv. 2018 à 7h18 et 20h20 Sem. S18-02