

# BERLIN VU PAR ALEXANDRA COUSTEAU



## MES TABLES

### FISCHERHÜTTE AM SCHLACHTENSEE

« Berlin est une agglomération immense, très verte, notamment grâce à la forêt de Grunewald au sud-ouest de la ville. Elle est dotée d'un très grand lac au bord duquel je fais de longues promenades avec les enfants. Avant ou après, on déjeune les pieds dans l'eau dans ce restaurant aux plats typiques mais légers. Le brunch du dimanche est à tomber! »

Fischerhüttenstraße 136.  
www.fischerhuette-berlin.de

### ALPENSTUECK

« Dans le quartier branché de Mitte, c'est le genre d'adresse où savourer la nouvelle cuisine allemande light qui se multiplie à Berlin. Même si ce sont des schnitzels, du bœuf aux oignons ou des Maultaschen (raviolis farcis viande et épinards). »

Gartenstraße 9. alpenstueck.de

**CINÉASTE ET  
EXPLORATRICE,  
LA PETITE-FILLE  
DU COMMANDANT  
COUSTEAU SILLONNE  
LE MONDE POUR  
LA SAUVEGARDE DES  
OCÉANS\*. IMMERSION  
NATURE DANS SA  
VILLE D'ADOPTION.**

### DALUMA

« C'est le lieu idéal pour aller déjeuner avec mes amies végétariennes. Salades de quinoa, porridges ou jus pressés à froid,

les menus sont bios et sains. J'y passe aussi souvent juste pour acheter leurs granolas en sachet ou des matcha milks énergétiques. On y organise même des retraites mêlant yoga, massages et méditation. »

Weinbergsweg 3. www.daluma.de

## MES BARS

### LIQUID GARDEN

« Berlin est aujourd'hui constellé de bars à jus. Celui-ci est mon favori, Je suis dingue des green

smoothies riches en spiruline, maca ou moringa, qui me donnent bien plus d'énergie qu'un café. Ils utilisent même la pulpe des fruits et des légumes pour préparer des pains sans gluten. »

Stargarderstraße 72. liquidgarden.berlin

### RUM TRADER

« Ce petit bar en bas de chez moi est une adresse mythique. À peine a-t-on franchi la porte de cet endroit minuscule qu'on est projeté dans le passé. On a l'impression de

retourner dans les années 1920 ou 1930... Même le propriétaire est habillé dans le style de l'époque! »  
Fasanenstraße 40.

## MON CAFÉ

### BONANZA COFFEE ROASTERS

« À la différence des États-Unis, je peux enfin boire du très bon café à Berlin. Dans cette brûlerie, ils confectionnent leurs propres moutures. Et en été, le barista réalise un savoureux latte macchiato glacé. »

Waldemarstraße 37B. www.bonanzacoffee.de

## MON MARCHÉ

### KOLLWITZPLATZ ORGANIC MARKET

« Un marché extraordinaire tant par la quantité que par la qualité des produits bio. Les gens traversent la ville pour venir y faire leurs courses! J'y achète des fruits et légumes, du pain cuit au four, du vin bio, de la laine ou des cosmétiques. Il y a même une aire de jeux très sympa pour les enfants. »

## MA BOUTIQUE

### KWIKSHOP

« Dans cette toute petite échoppe du quartier de Prenzlauer Berg, on trouve une jolie sélection d'objets insolites ou pratiques, fabriqués pour la plupart en Allemagne. Le lieu idéal pour faire des cadeaux inspirés et originaux! »

Kastanienallee 44. www.kwikshop.de

## MON BIEN-ÊTRE

### SPIRIT YOGA

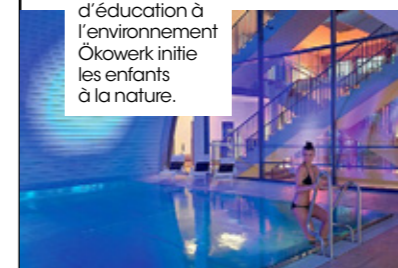
« Impossible de vivre à Berlin sans faire de yoga! Désormais, c'est comme à New York, toutes les filles



Le bar à jus Liquid Garden. Sur les bords d'un lac de la forêt de Grunewald, le restaurant Fischerhütte am Schlachtensee.



Pour manger végétarien, rendez-vous chez Daluma. Le club de sport Aspria. Le centre d'éducation à l'environnement Ökowerk initie les enfants à la nature.



PAR MARIE LÉTANG-HORAY

se promènent avec leurs tapis sous le bras. La seule chose un peu difficile pour moi : les cours sont en allemand, donc je ne comprends pas toujours tout! »

Martin-Buber-Straße 23. www.spiritoyoga.de

### ASPRIA

« Pour moi, c'est bien plus qu'un club de sport. Non seulement on a un choix varié de disciplines, mais il y a aussi un espace pour les enfants. Ma fille y prend ses cours de natation et, pendant ce temps-là, je nage ou je vais au spa pour un massage indien ou japonais. »

Karlsruher Straße 20. www.aspria.com

## MA SORTIE ÉCOLOGIQUE AVEC LES ENFANTS NATURSCHUTZZENTRUM ÖKOWERK

« L'endroit préféré de ma fille! J'élève mes enfants dans le plus grand respect de la nature. Ce centre d'éducation à l'environnement organise des sorties guidées pour apprendre la vie des castors, celle des grenouilles ou les différentes variétés d'arbres. »

www.oekowerk.de

## MA BALADE

### GREEN FASHION TOURS BERLIN

« Une nouvelle façon de visiter Berlin grâce à ces excursions urbaines guidées dans différents quartiers. On part à la découverte de boutiques, on visite des ateliers de mode durable ou des projets d'upcycling. On choisit ensuite de faire le tour à pied, à vélo ou en transports publics. »

greenfashiontours.com

\* www.alexandracousteau.com