

It's a girl !  
Solène Ronnaux-Baron  
Brasseuse  
B06 Bière d'Antibes



# DOSSIER DE PRESSE



# La Bière, les Femmes, les vraies infos et les idées reçues

La bière est une boisson virile. Sérieusement ???

Et non !!! Les femmes sont aussi brasseuses et consommatrices...

Boisson, produit de beauté ou remède, la bière a longtemps été au cœur de la vie des femmes et les amatrices de bière sont de plus en plus nombreuses, telle Solène Ronnaux-Baron, 40 ans, brasseuse depuis 2015 sur la Côte d'Azur et fondatrice de la B06, une bière artisanale subtile et produite en 6 déclinaisons : Blonde, Blanche, Ambrée, Stout, IPA et Fleur d'Oranger. Ni filtrée, ni pasteurisée la B06 féminise et rafraichit une boisson typée  
#soiréesfoot #pizzacarton

Conditionnée en bouteille de 33cl, blanche, opaque et en aluminium pour conserver toutes les qualités organoleptiques du houblon, la B06 évoque l'été, la mer, les vacances. Elle est la signature de son terroir, Antibes.

Solène a découvert la bière lors de vacances en Ecosse et en Irlande. Elle a longtemps brassé pour le plaisir, à la maison, le week-end pour se détendre. Elle décide ensuite de se lancer et de monter sa propre marque, la B06, un nom de code pour initiés. Elle crée sa micro-brasserie artisanale et produit 20 000 bouteilles par an vendues au prix de 5 euros la bouteille de 33cl, un prix assumé haut de gamme et justifié par le prix de son contenant et la qualité des ingrédients. Des houblons américains bios, les meilleurs du monde, et du malt bio 100% français torréfié par les meilleurs artisans de ce savoir faire ancestral. Le brassage manuel est exceptionnel, la B06 aussi.

## Médaille d'or, l'excellence immédiate

L'entrée de la B06 dans la compétition est fracassante.

Dès sa première année de production en 2016, elle remporte la médaille d'or au concours international de Lyon catégorie « Rousse Ale » face à 1700 bières de tous pays.

L'univers masculin des brasseurs n'avait pas prévu de batailler contre une grande blonde sure d'elle et sans a priori.

Le trophée est un sésame qui lui ouvre les portes des établissements de luxe. De Monaco à Saint Tropez, du Byblos au Cap Estel, sans oublier l'Hôtel du Cap - Eden Roc d'Antibes, les amateurs et amatrices avisés de bière fine honorent la B06 et ses arômes inhabituels.

D'autres distinctions ont suivi : en 2018 l'entrée dans le Larousse des 300 Meilleures Bières, puis l'obtention d'une deuxième médaille d'or en 2019, suivi par l'entrée dans le Guide Hachette de Bières.

## Les femmes préfèrent la blonde et les arômes subtils

Solène respecte les codes couleur traditionnels : blanche, blonde, ambrée, et brune, mais elle travaille aussi les arômes absinthe anisée et fleur d'orange pour des séries limitées très emblématiques du terroir Antibois. Le dosage est franc, surprenant au premier abord et délicieux.

La bière est réinventée, féminisée sans excès ni frivolité, les arômes se mêlent et enveloppent le palais d'une fraîcheur irrésistible.



**La Blanche** : 40% de blé, houblon doux et fruité. Elle évoque la noix de coco et le citron vert .

**La Blonde** : Summer Ale légère en goût. Bulles fines. Des notes de pamplemousse.

**L'Ambrée** : Malt fumé et houblon américain. Elle évoque le miel, le pain, le caramel.

**La Stout** : Malt torréfié et houblon tchèque. Des notes de café.

**L'IPA** : Un houblonnage puissant tout en élégance. Des notes très fruitées.

*Ces bières là ont tout des nouveautés prêtes à conquérir le goût des femmes sans à priori.*

Certification Agriculture Biologique AB.



## Seul le vin s'accorde avec les mets ?

Encore un à priori qui tombe. Les accords bière et mets salés et desserts sucrés méritent d'être explorés. Composée de 90% d'eau la bière est plus légère que le vin, sa teneur en alcool est plus faible et son amertume ravive les papilles.

La bière B06 Ambrée sublime les nuances délicates d'une lotte et cœur de bœuf confite, coques et jus de coquillage.

La B06 Blonde assure avec un dessert à base de pomme et de coriandre.

La B06 Blanche surprend avec du caviar.

Et la B06 Stout décoiffe avec un dessert chocolaté.



## Les idées reçues

### La bière ouvre l'appétit

Faux : les personnes qui consomment modérément de la bière réguleraient elles-mêmes leurs apports caloriques sur la journée, en prenant notamment un repas du soir plus léger. Par ailleurs, la consommation modérée de bière limiterait également le grignotage entre les repas.

Enfin, avec sa grande quantité d'eau et sa teneur en glucides issues des céréales, la bière procurerait un effet rapide de satiété, agissant comme un coupe-faim.

### L'alcool favorise le stockage des graisses dans le corps

Vrai : Effectivement, l'alcool favorise le stockage des lipides.

Mais paradoxalement, les études scientifiques ne retrouvent pas d'influence significative de la consommation modérée de bière sur le poids. Il est d'ailleurs intéressant de noter que la majorité des études relatant l'augmentation du tour de taille après consommation d'alcool ne prennent pas en compte des facteurs très importants comme les habitudes alimentaires, la sédentarité ou le tabac. L'exemple des japonais, peu touchés par l'obésité, pourtant grands consommateurs de bière mais à l'alimentation équilibrée (à base de poissons) vient en contradiction avec celui des allemands, consommateurs réguliers de charcuterie et de féculents, comme les pommes de terre.



## La bière fait gonfler le ventre

Faux : Les études les mieux documentées le montrent. Il n'y a pas d'augmentation du tour de taille pour un consommateur modéré de bière. Selon une étude japonaise très récente, la consommation modérée de bière favorise même la digestion, ses composés stimulant les muscles gastro-intestinaux. Par ailleurs, la bière a un effet diurétique important qui favorise l'élimination rénale.

## On peut consommer de la bière dans le cadre d'un régime amincissant (trop bien !)

Vrai : c'est aujourd'hui démontré, la bière ne fait pas grossir. Une étude américaine récente arrive à la conclusion que les femmes consommant 1 à 2 verres de bière par jour ont une corpulence inférieure de 15% par rapport à celle des femmes abstinentes.

Par ailleurs, le consommateur modéré de bière régulerait naturellement ses apports en glucides grâce aux céréales déjà présentes dans la composition de la bière.





## La bière brune est plus calorique que la bière blonde

Faux : à teneur identique en alcool, il n'y a pas de différence notable entre une bière brune et une bière blonde. Les brunes sont simplement élaborées à partir de céréales plus torrifiées au moment du maltage, mais elles ne sont pas plus caloriques que les bières blondes.

## La bière a un effet protecteur sur le risque cardio-vasculaire

Vrai : C'est l'action naturelle de l'éthanol contenu dans la bière, au même titre que celui du vin, qui contribue à augmenter le taux de cholestérol HDL (bon cholestérol) mais qui favorise aussi la fluidité sanguine et réduit donc la formation de caillots. Ainsi, une récente étude publiée dans le journal *Epidemiology* fait apparaître une baisse de 45% du risque d'infarctus du myocarde chez les buveurs modérés de bière.

La bière contient beaucoup de vitamines du groupe B (B1, B2, B3, B6, B9, B12)

Des études, menées notamment en Australie, en République Tchèque et aux Pays-Bas, pays de grands consommateurs de bière, révèlent ainsi que les personnes qui consomment une ou deux bières par jour diminuent de 20 % le risque de maladies cardiaques.

Mais pour bénéficier de ses effets positifs, la consommation de bière doit rester modérée et régulière.



## La bière est une boisson peu vitaminée

Faux : Fabriquée à partir d'eau, de céréales et de houblon, la bière est riche en potassium, magnésium et vitamines du groupe B, essentielles à l'équilibre nerveux, au métabolisme des glucides et à la qualité de la peau.

## Et enfin, cerise sur le gâteau : la bière favorise la production de lait des femmes allaitantes

Vrai : La bière favorise la lactation et c'est bien connu depuis l'époque des Romains. La bière contient en effet une substance issue de l'orge maltée, le bêtaglucane qui stimule la sécrétion de prolactine et donc de lait.

Pour cette raison, une consommation de bière sans alcool, peut être recommandée aux femmes allaitantes afin de favoriser leur production de lait.









