



Le champagne est l'alcool le moins calorique.

Vrai ? ou Faux ?

**Faux !** Dans les cafés et les restaurants, un verre de vin rouge, un verre de vin blanc, un verre de rosé, un demi de bière, une coupe de champagne ou une dose de whisky contiennent tous la même quantité d'alcool : environ 10 g. C'est ce qu'on appelle un verre « standard ».

10 g d'alcool, soit 70 Kcal (10 g X 7 Kcal), correspondent donc à :

- 25 cl de bière à 4,5°
- 12,5 cl de vin ou champagne à 11°
- 6 cl d'apéritif à 20°
- 3 cl de whisky à 40°

Verre standard ou pas, l'alcool reste à consommer avec modération.