

Livre

**Auteur(s)** : Colagreco, Mauro (Auteur) ;Balme, Martin (Illustrateur)  
**Titre(s)** : Cuisiner minceur pas à pas : 80 recettes en 3 étapes pas à pas / recettes de Mauro Colagreco ; photographies de Martin Balme ; stylisme d'AnneCé Bretin.  
**Editeur(s)** : Paris : Marabout, 2012.  
**Collection(s)** : (Les ateliers Marabout, ISSN 2115-8126).  
**Autres** : 1 vol. (159 p.) . illustrations en couleur . 24 x 20 cm  
**Résumé** : Des plats minceur faciles à faire chez soi grâce à des recettes expliquées en trois étapes illustrées. Au menu notamment : crackers de légumes séchés, dip au yaourt et guacamole, velouté de petits pois, crevettes et wok de légumes, orsotto et sauté de champignons, tian de légumes à la provençale, salade d'agrumes à l'huile d'amande, soupe de melon à la menthe.  
**Notes** : Index.  
**Sujet(s)** : Régimes pauvres en calories \*\* Recettes



## Exemplaires

| Espace  | Localisation  | Cote        | Utilisation | Disponibilité | Bib. d'origine |
|---------|---------------|-------------|-------------|---------------|----------------|
| Adultes | Documentaires | 641 563 COL | Prêt normal | Disponible    | Langueux       |