# la-cuisine-de-solveig

Livre

**Auteur(s)** : Darrigo-Dartinet, Solveig (1969-...) (Auteur)
**Titre(s)** : La cuisine de Solveig : 300 recettes saines & gourmandes : menus équilibrés / Solveig Darrigo-Dartinet ; préface Marina Carrère d'Encausse, Michel Cymes.
**Editeur(s)** : Paris : Solar, 2014.
**Collection(s)** : (Cuisine).
**Autres** : 1 vol. (447 p.) . illustrations en couleur . 26 x 20 cm
**Résumé** : Des recettes, classées en neuf rubriques, pour une cuisine simple, saine et savoureuse. Des conseils pour réaliser des repas équilibrés pour toutes les saisons, sans bannir aucun aliment et en privilégiant la variété des ingrédients, leur valeur nutritionnelle et les modes de cuisson qui préservent vitamines et minéraux.
**Notes** : Index.
**Sujet(s)** : Régimes pauvres en calories ** Recettes

Exemplaires

| Espace | Localisation | Cote | Utilisation | Disponibilité | Bib. d'origine |
|---|---|---|---|---|---|
| Documentaires | Documentaires | 641.563 DAR | Prêt normal | Sorti | Saint-Brieuc - Camus |