

Livre

Auteur(s) : Geers, Amandine (Auteur) ;Degorce, Olivier (1964-...)
(Auteur)

Titre(s) : Je mange "paléo" ou presque ! : 50 recettes sans gluten,
lactose, ni sucre / texte et photographies Amandine Geers & Olivier
Degorce.

Editeur(s) : Mens (Isère) : Terre vivante, 2014.

Collection(s) : (Facile & bio).

Autres : 1 vol. (119 p.) . illustrations en couleur . 21 x 22 cm

Résumé : Près de 50 recettes sans gluten, lactose, sucre ou produits
raffinés, privilégiant les fruits et légumes de saison, les rhizomes et les
oléagineux ainsi que quelques protéines animales, les aliments crus ou
cuits à basse température, au wok, etc.

Notes : Bibliogr. Sites Internet. Adresses utiles. Index.

Sujet(s) : Régimes sans gluten ** Recettes ;Régimes sans lait **
Recettes ;Régimes pauvres en glucides ** Recettes



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	641.563 GEE	Prêt normal	Sorti	Plérin