

Livre

Auteur(s) : Hämmerle, Jean-François (Auteur) ;Catz, Clémence (Auteur) ;Gauthier-Moreau, Myriam (1980-...) (Illustrateur)

Titre(s) : Les plus puissants des super aliments : 80 recettes sans gluten et sans produits d'origine animale / Jean-François Hämmerle et Clémence Catz ; photographies de Myriam Gauthier-Moreau.

Editeur(s) : Paris : Marabout, 2015.

Autres : 1 vol. (222 p.) . illustrations en couleur . 30 x 19 cm

Résumé : Présentation détaillée des vertus nutritionnelles et santé des 15 super aliments les plus efficaces : acérola, aguaymanto, fèves de cacao, caroube du Pérou, griffe du chat, lucuma, nopal, spiruline, etc. Avec plus de 80 recettes pour les consommer, sans gluten et sans produits d'origine animale.

Notes : Index.

Sujet(s) : Régimes sans gluten ** Recettes ;Cuisine végétalienne



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	641.56 HAM	Prêt normal	Disponible	Ploufragan
Le salon	Vie pratique	641.56 HAM	Prêt normal	Sorti	Saint-Brieuc - Malraux
