

Livre

Auteur(s) : Boffelli, Isabelle (Auteur) ;Bruno, Isabelle (1965-...)
(Auteur)

Titre(s) : Le guide des aliments bien-être : 100 ingrédients et recettes inédites pour préserver sa santé / Isabelle Boffelli & Isabelle Bruno.

Editeur(s) : Vanves (Hauts-de-Seine) : Hachette Pratique, 2016.

Collection(s) : (Hachette bien-être).

Autres : 1 vol. (333 p.) . illustrations en couleur . 25 x 20 cm

Résumé : Une présentation d'une centaine d'aliments bons pour l'organisme et faciles à cuisiner au quotidien : céréales, algues, huiles végétales, baies, etc. Pour chaque aliment, son histoire, ses usages et ses vertus sont détaillés. Avec quelques recettes en fin d'ouvrage.

Sujet(s) : Aliments ** Emploi en thérapeutique



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	641.3 BOF	Prêt normal	Disponible	Plérin