le-guide-des-aliments-bien-etre

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	Disponibilite	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	641.3 BOF	Prêt normal	Disponible	Plérin