

Livre

**Auteur(s)** : André, Marie-Laure (1975-...) (Auteur) ;Hagege, Ella (Auteur) ;Princet, Aline (Photographe) ;Chantepie, Manuella (Décorateur)

**Titre(s)** : IG bas : recettes testées à la maison / Marie-Laure André, Ella Hagege ; photographies Aline Princet ; stylisme Manuella Chantepie.

**Editeur(s)** : Vanves (Hauts-de-Seine) : Hachette Pratique, 2017.

**Collection(s)** : (Bon et sain ; 14).

**Autres** : 1 vol. (189 p.) . illustrations en couleur . 23 x 20 cm

**Résumé** : 70 recettes salées et sucrées avec un indice glycémique bas, notamment le taboulé de chou-fleur la tarte au thon et ricotta ou le clafoutis pommes et cerises au lait d'amande. Avec des conseils, des informations diététiques et des idées de menus.

**Notes** : Index. - Tout public.

**Sujet(s)** : Régimes amaigrissants \*\* Recettes ;Diététique



## Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Le salon	Vie pratique	641.563 AND	Prêt normal	Sorti	Saint-Brieuc - Malraux

---