

Livre

Auteur(s) : Walkowicz, Magali (Auteur)

Titre(s) : 30 plats végé ceto / Magali Walkowicz.

Editeur(s) : Vergeze (Gard) : T. Souccar, 2020. ; Vergeze (Gard) : T. Souccar, 2020.

Collection(s) : (Guides pratiques).

Autres : 1 vol. (86 p.) . illustrations en couleur . 22 x 16 cm

Résumé : Ce guide propose d'associer les bienfaits des régimes végétarien et cétogène. Il fournit une liste de courses avec les ingrédients à privilégier (graisses saines, légumes, noix, graines, herbes et épices, fruits, aliments riches en protéines et produits laitiers gras) et propose trente recettes de plats pour le quotidien.

Sujet(s) : Régimes cétogènes ** Recettes ;Cuisine végétarienne



Exemplaires

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