bam

Livre

Auteur(s) : Geoffray, Thibault (Auteur) ;Breuil, Fabien (Photographe) ;Fauda-Rôle, Sabrina (Décorateur)
Titre(s) : Bam ! : 80 recettes fightforever pour te transformer / Thibault Geoffray ; photographies de Fabien Breuil ; stylisme de Sabrina Fauda-Rôle.
Editeur(s) : Paris : Marabout, 2020.
Collection(s) : (Mes recettes healthy ; 2).
Autres : 1 vol. (175 p.) . illustrations en couleur . 25 x 19 cm
Résumé : 80 recettes simples et diététiques, certaines sans gluten ni lactose, rapides à préparer, à consommer le matin au petit-déjeuner, en dehors des entraînements, après celui-ci ou en collation : smoothie purple, energy ball aux noix de cajou, calzone légère, thon tatziki, muffins au coeur fondant, entre autres.
Notes : Index. - Tout public.
Lien(s) : Série : Mes recettes healthy. Vol 2.
Sujet(s) : Cuisine ;Diététique ;Sportifs ** Alimentation

Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	641 563 GEO	Prêt normal	Sorti	Langueux