

Livre

Auteur(s) : Perrin, Marie-Gabrielle (1981-...) (Auteur) ;Constantini, Delphine (Illustrateur)
Titre(s) : Bien associer les aliments pour bien digérer / Marie-Gabrielle Perrin ; photographies de Delphine Constantini ; stylisme de Laurence du Tilly.
Editeur(s) : Paris : Larousse, DL 2022. ; impr. en Espagne.
Collection(s) : (C'est décidé, je m'y mets).
Autres : 1 vol. (143 p.) . illustrations en couleur . 27 x 20 cm
Résumé : Une introduction fournit des informations sur la composition des aliments et le fonctionnement des intestins ainsi que des règles simples pour éviter les problèmes de digestion grâce à des combinaisons appropriées. Plus de cent recettes sont ensuite proposées pour mettre ces conseils en pratique : carpaccio de choux de Bruxelles et saumon au kaki, cabillaud à la crème de gingembre, etc. ©Electre 2022.
Notes : Index.
Sujet(s) : Cuisine ;Diététique



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	641.563 PER	Prêt normal	Disponible	Plérin