

Livre

Auteur(s) : Bailey, Christine (Auteur) ;Gaudreault, Marielle (Traducteur)

Titre(s) : Fabuleuses boules d'énergie : recettes faciles et sans cuisson / Christine Bailey ; traduction, Marielle Gaudreault.

Editeur(s) : Montréal : HOMME (DE L'), 2017.

Autres : 80 p.

Résumé : Idéales pour commencer la journée, dynamiser vos fins d'après-midi ou partager avec des amis, ces fabuleuses boules d'énergie sont incroyablement faciles à réaliser et débordent de superaliments comme l'açaï, le matcha et le curcuma. Conçues par la nutritionniste Christine Bailey, ces recettes sont bourrées de protéines, de fibres et de bons gras, en plus d'être réduites en sucre et dépourvues d'agents de conservation. Avec des options véganes et sans gluten, elles plairont à tous ! Electre 2018.

Notes : Tout public.

Sujet(s) : Goûters ;Cuisine (Plats froids) ;Cuisine santé ;Protéines végétales



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	641.56 BAI	Prêt normal	Disponible	Ploufragan