

Livre

Auteur(s) : Frély, Rachel (1965-...) (Auteur) ;Honegger, Amandine (Illustrateur)
Titre(s) : Aliments à calories négatives & autres ingrédients minceur [Texte imprimé] : 80 recettes / Rachel Frély ; photographies, Amandine Honegger.
Editeur(s) : Paris : Larousse, 2017.
Collection(s) : (Plaisirs & vitamines).
Autres : 1 vol. (127 p.) . ill. en coul. . 24 cm
Résumé : Poivron, concombre, aubergine, fenouil, endive, céleri branche, courgette, fraise... Pour perdre du poids ou ne pas en reprendre, misez sur les aliments à calories négatives, les aliments brûle-grasses, les aliments coupe-faim ou rassasiants.Salade de crevettes au poivron, cabillaud au curry, rougets aux asperges, noix de saint-jacques à la pomme, poulet au radis noir et à la papaye, gâteau aux noisettes... Découvrez 80 recettes qui concilient plaisir et ligne !.
Notes : Index.
Sujet(s) : Régimes pauvres en calories ** Recettes ;Aliments ** Effets physiologiques
Autres titres : Aliments à calories négatives et autres ingrédients minceur



Exemplaires

| Espace | Localisation | Cote | Utilisation | Disponibilité | Bib. d'origine |
|---------|---------------|-------------|-------------|---------------|-----------------------------|
| Adultes | Documentaires | 641.563-ALI | Prêt normal | Disponible | Ploeuc-L'H - Louis Guilloux |