

Livre

Auteur(s) : Mennetrier, Céline (1972?-...) (Auteur) ;Honegger, Amandine (Illustrateur) ;Rost, Sylvie (Illustrateur)
Titre(s) : Cuisine végétarienne pour tout le monde [Texte imprimé] / Céline Mennetrier ; photographies et stylisme, Amandine Honegger & Sylvie Rost.
Editeur(s) : Paris : Solar, 2017.
Collection(s) : (Super sain).
Autres : 1 vol. (143 p.) . ill. en coul. . 24 cm
Résumé : Dans ce livre, découvrez : -60 recettes, simples et accessibles, pour les végétariens et ceux qui veulent le devenir -des photos pour toutes les recettes -des idées qui s'adaptent à toutes les situations concrètes du quotidien : cuisine rapide de tous les jours, plats bien nourrissants pour toute la famille, en-cas pour faire le plein d'énergie, fast food version végétarienne -des focus sur la nutrition et les bienfaits des aliments utilisés dans les recettes -une foire aux questions pour tout comprendre de la cuisine végétarienne : quels sont les aliments indispensables à utiliser régulièrement quand on est végétarien ' Puis-je faire du sport en étant végétarien ' A partir de quel âge un enfant ou un ado peut-il devenir végétarien ' etc...
Notes : Index.
Sujet(s) : Cuisine végétarienne



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	641.56-MEN	Prêt normal	Sorti	Ploec-L'H - Louis Guilloux
