



Livre

Auteur(s) : Clea (Auteur) ; Bernard-Pellet, Jérôme (Collaborateur (sans précision)) ; Fénot, Eric (Photographe) ; Brunet, Delphine

Titre(s) : Veggie : je sais cuisiner végétarien / Clea ; avec la collaboration du docteur Jérôme Bernard-Pellet ; photographies d'Eric Fénot ; stylisme par Delphine Brunet.

Editeur(s) : Paris : La Plage, 2011.

Résumé : Les raisons de réduire ou supprimer les produits d'origine animale de notre alimentation ne manquent pas : c'est bon pour la santé, pour le portefeuille, pour l'environnement... et pour les papilles ! Clea, la célèbre blogueuse, auteur de nombreux livres de cuisine bio, nous guide dans l'élaboration de repas sans viande ni poisson. Vous découvrirez que cuisiner végétarien, c'est s'ouvrir à un monde d'ingrédients qu'on ne soupçonnait pas forcément jusque-là. Grâce aux conseils nutritionnels du docteur Bernard-Pellet, vous apprendrez aussi à les associer dans des menus complets et équilibrés.

Sujet(s) : Cuisine végétarienne

Indice(s) : 641.563 6



Exemplaires

Support	Espace	Localisation	Cote	Situation	Utilisation	Retour prévu le
Livre	Documentaire	Doc ado-adulte	641.563 6 CLE	Disponible	prêt normal	