



Auteur(s) : Clea (Auteur) ;Laforêt, Marie (Photographe)

Titre(s) : P'tit déj' santé / Clea ; photographies et stylisme de Marie Laforêt.

Editeur(s) : Sète : La Plage, 2015.

Résumé : Petit-déjeuner comme un roi et dîner comme un pauvre... le diction qui marche pour rester en forme et perdre du poids ! Privilégiez les bons nutriments, les aliments à IG bas, les sucres naturels...et préparez rapidement des petits-déjeunes aussi gourmands qu'inventifs.

Sujet(s) : Petit-déjeuner : Recette

Indice(s) : 641.52



Livre

Exemplaires

Support	Espace	Localisation	Cote	Situation	Utilisation	Retour prévu le
Livre	Documentaire	Doc ado-adulte	641.52 CLE	Prêté	prêt normal	03/12/2024