19h25! Qu'est-ce qu'on va manger?

Auteur(s) Chioca, Marie (Auteur du texte) (Auteur)

Titre(s) 19h25! Qu'est-ce qu'on va manger? / Marie Chioca.

Editeur(s) Mens : Terre vivante , 2022.

Résumé Qu'est-ce qu'on mange ce soir ? Ah, cette fameuse phrase... combien de fois l'entendra-t-on résonner au cours d'une vie ! On n'y échappe pas, sauf à jeûner le soir, ce qui n'est pas forcément du goût de tout le monde ! Heureusement pour nous, Marie Chioca, autrice, créatrice et photographe culinaire, nous présente 80 recettes pour nous tirer d'affaire en toutes circonstances : manque de temps, frigidaire vide, convives affamés, improvisation « chrono » en mode panique, recettes « spécial morfals », préparations qui cuisent toutes seules pendant que l'on fait autre chose, batchcooking pour s'avancer pour les soirs suivants, sans oublier des recettes « détox ». 80 recettes saines, simples, rapides et équilibrées, adaptées à toutes les circonstances et tous les appétits. Gratin d'orzechette, escalopes végétales aux champignons, lasagnes bretonnes, kale braisé à la tomate et aux olives, poêlée de pain façon pizza, gloubi-boulga pour les licornes, one-pot-pasta des beaux jours, pêches en gratin d'amande, entremets vapeur aux framboises, velouté de poires et crème chocolat, petits liégeois de fraise... Une cuisine qui fait la part belle aux légumes et aux ingrédients bruts pour des repas nourrissants et digestes, garants d'une bonne soirée et d'une bonne nuit.

Sujet(s) Cuisine : Ouvrage illustré avec recettes

Exemplaires

Aperçu	Livre
Bib. d'origine	Saint Just malmont
Section	Adulte
Cote	641 CHI
Situation	en rayon
Date retour	