

Cuisiner sans lait !

Auteur(s) Chioca, Marie (Auteur) ;

Mercier-Fichaux, Brigitte (1952-...) (Préfacier, postfacier...)

Titre(s) Cuisiner sans lait ! : 100 recettes riches en calcium / Marie Chioca ; introduction de Brigitte Mercier Fichaux.

Editeur(s) Mens (Isère) : Terre vivante , 2016.

Collection(s) (Conseils d'expert) (

Alimentation-santé).

Résumé Des conseils nutritionnels, des menus types et une sélection de produits riches en calcium pour une alimentation sans produits laitiers, ainsi que des recettes pour préparer des scones aux amandes et aux abricots, du pâté végétalien à l'okara de noisettes, des steaks de haricots rouges, de la béchamel végétale, etc.

Notes Index. Sites web.

Sujet(s) Régimes sans lait : Recettes

Exemplaires

Aperçu	Livre
Bib. d'origine	Saint Just malmont
Section	Adulte
Cote	641.56 CHI
Situation	en rayon
Date retour	