

Mots clés: telecharger Notre aventure sans frigo ou presque pdf, Notre aventure sans frigo ou presque mobi, Notre aventure sans frigo ou presque epub gratuitement, Notre aventure sans frigo ou presque torrent, Notre aventure sans frigo ou presque lire en ligne.

---

## Notre aventure sans frigo ou presque PDF

Cochard, Marie



*Ceci est juste un extrait du livre de Notre aventure sans frigo ou presque. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.*



Auteur: Cochard, Marie  
ISBN-10: 9782212673661  
Langue: Français  
Taille du fichier: 4656 KB

## LA DESCRIPTION

Vous passeriez-vous de votre frigo ? Micro-onde ou chauffe-biberon, passe encore, tentons éventuellement de nous passer de la télé voir de La poubelle... Mais le frigo ? ! Nous sommes 99,6% à posséder cette armoire à glace. Autant dire qu'elle règne en maître dans nos cuisines... Et pourtant, cette reine du stockage, que l'on remplit comme un placard, n'est pas indétrônable. D'autant qu'une véritable révolution alimentaire est en marche ! En effet, aujourd'hui nous savons qu'il est souhaitable pour notre santé et celle de la planète d'acheter local et en plus petites quantités, de consommer moins de viande, moins de poisson, moins de produits laitiers... Or, si l'on s'inscrit dans cette démarche, combien d'aliments peuvent en toute sécurité se passer du frigo ? Beaucoup, en réalité !... Lire la suite Vous trouverez dans cet ouvrage des dizaines de conseils, d'astuces et de recettes tirées de traditions oubliées ou d'autres cultures, pour découvrir comment cesser de vous servir du frigo comme d'un placard. A défaut de vous en passer complètement, vous pourrez opter pour une version mini, l'utiliser à meilleur escient et redécouvrir les vraies saveurs de vos aliments ! Guidée avant tout par un souci de bien-être et une volonté farouche de préserver les ressources de la planète, Marie Cochard, journaliste et auteur de Les épluchures, tout ce que vous pouvez en faire, remet ici le couvert de la lutte contre le gaspillage alimentaire ! Elle nous sert avec humour ses incroyables découvertes en matière de conservation naturelle, prouvant ainsi que débrancher son réfrigérateur est loin d'être une idée complètement givrée !

**QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?**

Vous passeriez-vous de votre frigo ? Micro-onde ou chauffe-biberon, passe encore, allons jusqu'à la télé voire la poubelle... Mais le frigo !

Vous passeriez-vous de votre frigo ? Micro-onde ou chauffe-biberon, passe encore, allons jusqu'à la télé voire la poubelle... Mais le frigo ! Nous sommes 99,6 % à ...

Vous passeriez-vous de votre frigo ? Micro-onde ou chauffe-biberon, passe encore, allons jusqu'à la télé voire la poubelle... Mais le frigo ! Nous sommes 99,6 % à ...

## NOTRE AVENTURE SANS FRIGO OU PRESQUE

[Lire la suite...](#)