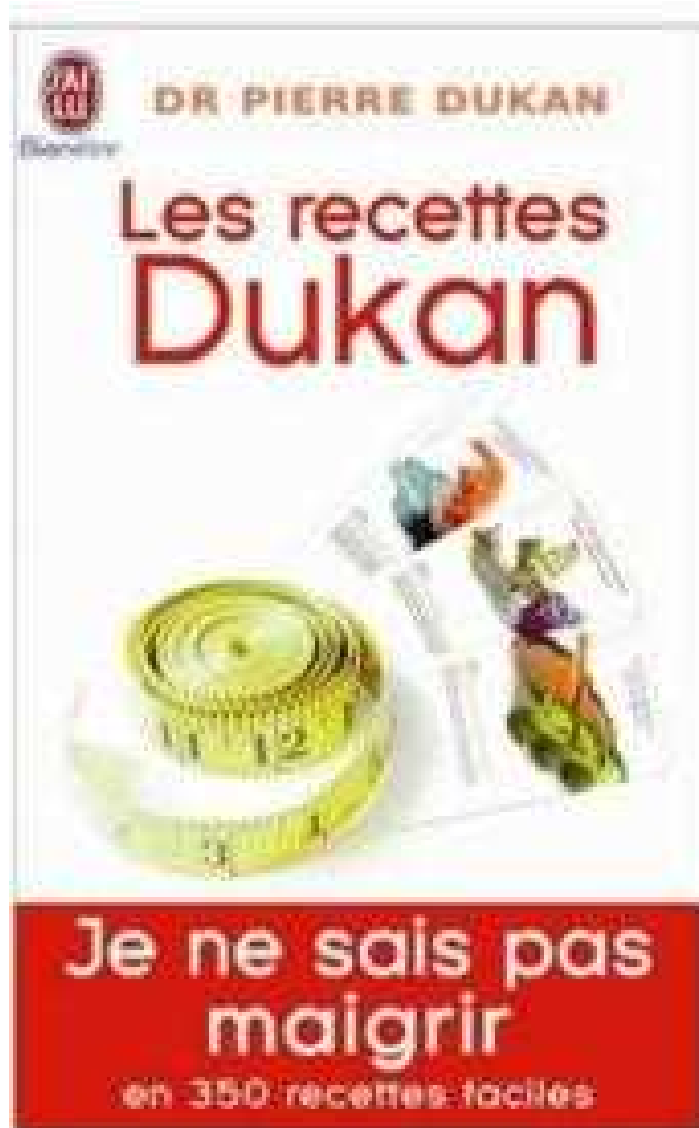


Les recettes Dukan PDF

Pierre Dukan



Ceci est juste un extrait du livre de Les recettes Dukan. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



DOWNLOAD PDF

Auteur: Pierre Dukan
ISBN-10: 9782290008577
Langue: Français
Taille du fichier: 4493 KB

LA DESCRIPTION

Voici les 350 recettes tant attendues du Régime Dukan. Partant du principe que la première cause d'échec est la frustration, le Dr Dukan la combat sur trois fronts: le libre accès aux quantités avec ses 100 aliments à volonté, la variété des recettes et des aliments, la créativité culinaire et le plaisir de table. Difficile de résister au Poulet tandoori, au Tartare de thon et daurade, au Pain de viande, au Mille-feuille d'aubergine et à sa légendaire Galette au son d'avoine! 350 recettes appétissantes, qui prouvent que régime peut rimer avec plaisir. La liste des "100 aliments Dukan" assortie de la mention magique: "à volonté". Rejoignez le million de personnes qui ont déjà maigri grâce à la méthode Dukan.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Les recettes du blog Lily - Spécial Dukan les plus appréciées : Pain de mie Dukan au son d'avoine version 2 (pp/pl) - Recette rapide... au micro-ondes, Cupcakes au ...

Enfin un blog pour tenir bon pendant le régime Dukan! Des recettes délicieuses qui marchent! Dites adieu aux kilos en vous faisant plaisir!

Vous cherchez des recettes pour dukan ? Les Foodies vous présente 707 recettes avec photos à découvrir au plus vite !

LES RECETTES DUKAN

[Lire la suite...](#)