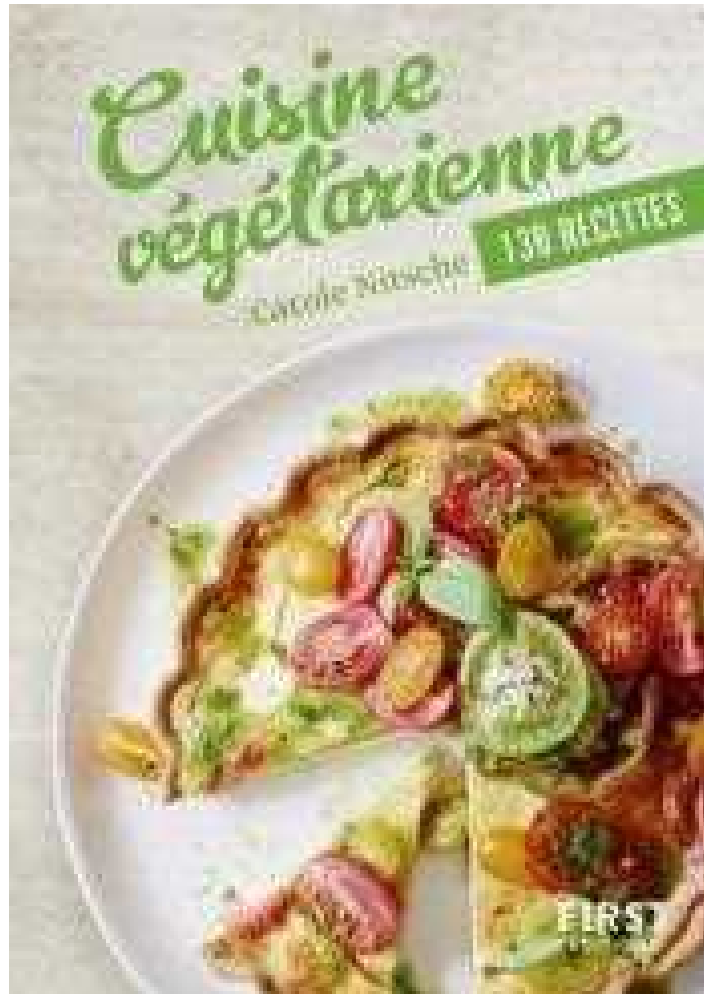


Mots clés: telecharger Cuisine végétarienne ; 130 recettes pdf, Cuisine végétarienne ; 130 recettes mobi, Cuisine végétarienne ; 130 recettes epub gratuitement, Cuisine végétarienne ; 130 recettes torrent, Cuisine végétarienne ; 130 recettes lire en ligne.

---

## Cuisine végétarienne ; 130 recettes PDF

Carole Nitsche



*Ceci est juste un extrait du livre de Cuisine végétarienne ; 130 recettes. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.*



**DOWNLOAD PDF**

Auteur: Carole Nitsche  
ISBN-10: 9782412037195  
Langue: Français  
Taille du fichier: 1940 KB

## LA DESCRIPTION

On le dit et on le répète : notre alimentation moderne est trop riche en protéines animales, en lipides en glucides. Cap donc sur les fibres végétales, sels minéraux et vitamines ! Conçu par une diététicienne, ce petit livre propose plus de 130 recettes d'entrées, de plats et de desserts " ovo-lacto-végétariens " (incluant oeufs et produits laitiers) ou strictement végétaliens : galettes de céréales, flans de carottes et panais, poivrons farcis au riz, taboulé au tofu, soufflé aux brocolis et à l'estragon, lasagnes aux blettes et à la tomate, gâteau à la citrouille et au citron confit, gâteau aux courgettes et à la noix de coco... des recettes simples et saines pour vos menus quotidiens !

**QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?**

Pas besoin d'être végétarien pour apprécier nos 50 meilleures recettes: à cuisiner et goûter au moins une fois dans votre vie!

Noté 2.8/5. Retrouvez Petit Livre de - Cuisine végétarienne en 130 recettes et des millions de livres en stock sur Amazon.fr. Achetez neuf ou d'occasion

Petit Livre de - Cuisine végétarienne en 130 recettes, Carole Nitsche, First. Des milliers de livres avec la livraison chez vous en 1 jour ou en magasin avec -5% de ...

**CUISINE VÉGÉTARIENNE ; 130 RECETTES**

[Lire la suite...](#)