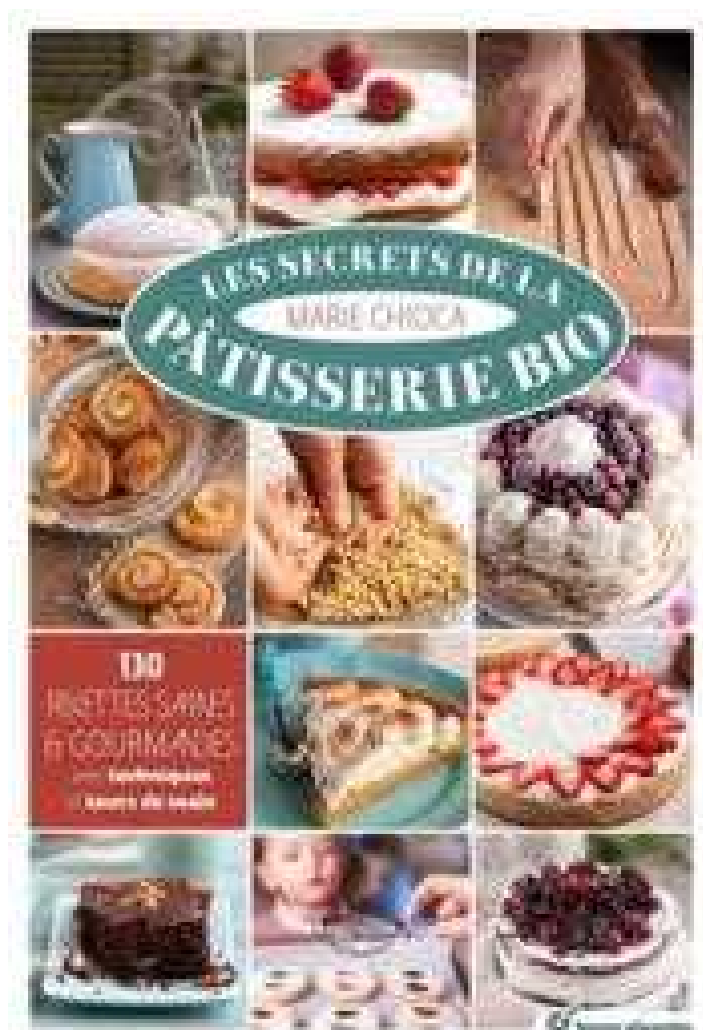


Mots clés: telecharger Les secrets de la pâtisserie bio ; 130 recettes saines et gourmandes pdf, Les secrets de la pâtisserie bio ; 130 recettes saines et gourmandes mobi, Les secrets de la pâtisserie bio ; 130 recettes saines et gourmandes epub gratuitement, Les secrets de la pâtisserie bio ; 130 recettes saines et gourmandes torrent, Les secrets de la pâtisserie bio ; 130 recettes saines et gourmandes lire en ligne.

---

## Les secrets de la pâtisserie bio ; 130 recettes saines et gourmandes PDF

Chioca, Marie



*Ceci est juste un extrait du livre de Les secrets de la pâtisserie bio ; 130 recettes saines et gourmandes.  
Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.*



**DOWNLOAD PDF**

Auteur: Chioca, Marie  
ISBN-10: 9782360981342  
Langue: Français  
Taille du fichier: 2185 KB

## LA DESCRIPTION

Gourmand(e) mais un brin lassé(e) de ces desserts confits de sucre et bourrés de mauvaises graisses ? Vous vous demandez comment concilier gourmandise et alimentation saine ? Excellente idée, ce livre est fait pour vous ! Marie Chioca, grande gourmande, a passé des heures à mettre au point les 130 recettes présentées dans ce livre, tant il est vrai que la pâtisserie est un art " délicat ". En effet, il ne suffit pas de remplacer au hasard dans une recette classique le beurre par de l'huile ou de la purée d'oléagineux, des farines raffinées par des farines complètes, des sucres raffinés par du miel ou du sirop d'agave, de la gélatine par de l'agar-agar. Non, il faut savoir choisir, doser, préparer, cuire, marier les ingrédients sains. Marie Chioca nous confie son savoir-faire, ses tours de mains (excellentes photos de pas à pas ) en 130 recettes de pâtisseries désormais inratables.... Lire la suite Crèmes fouettées ou pâtisseries, génoises, biscuit de Savoie, pâtes à tarte en tout genre, forêt noire, bûches, profiteroles... Vos pâtisseries n'auront plus rien à envier aux pâtisseries traditionnelles ! Avec un petit dico de pâtisserie bio en prime, de nombreuses recettes sans gluten, sans lactose et sans oeufs, une indication systématique de l'indice glycémique de chaque recette, et, cerise sur le gâteau, des photos belles et explicites, ce livre foisonnant d'idées originales et très complet devrait rapidement trouver sa place dans la bibliothèque idéale de tous les cuisiniers et cuisinières. Un long seller à venir, parions-le !

**QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?**

Découvrez Les secrets de la pâtisserie bio ainsi que les autres livres de au meilleur prix sur ... 130 recettes saines et gourmandes : Auteur(s) Marie Chioca ...

Découvrez aussi l'ouvrage de Marie Chioca "Les secrets de la pâtisserie bio", présentant 130 recettes saines et gourmandes, dont certaines sans lactose ni gluten ...

Les secrets de la pâtisserie bio - broché 130 recettes saines et gourmandes. Marie Chioca. ... Les secrets de la pâtisserie bio - broché 130 recettes saines et ...

**LES SECRETS DE LA PÂTISSERIE BIO ; 130 RECETTES SAINES ET GOURMANDES**

[Lire la suite...](#)