



Livre

Titre(s) : Recettes minceur au Thermomix.

Editeur(s) : Paris : Solar, DL 2019.

Collection(s) : (Super sain).

Résumé : La collection " super sain " s'adresse au grand public et répond à une attente aujourd'hui très large : manger sain pour rester en forme tout en restant gourmand, concilier bienfaits pour le corps et plaisir de manger. Dans ce livre, découvrez : - 70 recettes minceur, simples et accessibles grâce à votre Thermomix : bol de quinoa au kéfir et pamplemousse, smoothie brûle-graisse, crudités à l'ail, dahl de lentilles aux légumes et croûtons de tofu, muffins aux baies rouges, sorbet citron-pomme verte, pain protéiné... - des photos pour toutes les recettes - des idées pour concilier cuisine minceur avec toutes les occasions du quotidien, mettant en scène des ingrédients variés et faciles à préparer - des focus sur le fonctionnement de votre appareil, véritable assistant culinaire qui vous fera gagner du temps tout en vous permettant de manger sainement.

Sujet(s) : Régimes pauvres en calories : Recettes Cuisson aux robots-cuiseurs

Indice(s) : 641.58

Collation : 1 vol. (192 p.). 20 cm



Exemplaires

Support	Bib. actuelle	Section	Localisation	Situation	Cote	Date retour	Code barre
Livre	Gironcourt	Adultes	documentaire	En rayon	641.58 COL		088120003387 23