



## LE LIVRE "MA CUISINE VÉGÉTARIENNE"



### Des recettes simples à réaliser

Ces recettes sont très faciles à réaliser, jolies et gourmandes.

Prenez soin de votre santé tout en vous faisant plaisir.

Tous les ingrédients et les manipulations sont accessibles pour tous.

De l'apéritif au dessert, réalisez vos jus, granola, tartines, raviolis, crumble... à l'aide de votre Cook Expert.

### 69 recettes

Une multitude de choix pour répondre à tous les goûts et toutes les envies.

Chaque recette comporte un décompte astucieux des calories, protéines, glucides et lipides.

Des pictogrammes permettent aussi de visualiser leurs intérêts nutritionnel (énergisant, antioxydant...)



### Des recettes végétariennes

Des recettes pour préparer une cuisine végétarienne au gré des saisons en faisant la part belle aux légumineuses, graines variées, fruits à coques et produits frais aux qualités nutritionnelles et gustatives incomparables.



# DESCRIPTIF TECHNIQUE

## LIVRE MA CUISINE VÉGÉTARIENNE

**Editeur** Ouragan

**Nombre recettes** 69

**Nombre pages** 160

**Thématique** Végétarienne

**Année** 2018

**Dim. Produit (HxLxP)** 24,5 x 19,7 x 1,7 cm

**Poids du produit** 0,76 kg

**Colisage** 14

Réf : 461 155

EAN 3 519284 611552