



Noël Végétal: Recettes gourmandes et faciles

Anna VIGNERON, Olivia VIGNERON

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Noël Végétal: Recettes gourmandes et faciles Anna VIGNERON, Olivia VIGNERON

 [Telecharger Noël Végétal: Recettes gourmandes et faciles ...pdf](#)

 [Lire en Ligne Noël Végétal: Recettes gourmandes et faciles ...pdf](#)

Noël Végétal: Recettes gourmandes et faciles

Anna VIGNERON, Olivia VIGNERON

Noël Végétal: Recettes gourmandes et faciles Anna VIGNERON, Olivia VIGNERON

Téléchargez et lisez en ligne Noël Végétal: Recettes gourmandes et faciles Anna VIGNERON, Olivia VIGNERON

Format: Ebook Kindle

Présentation de l'éditeur

« Noël végétal : pour des fêtes gourmandes et conviviales »

Nous vous proposons de fêter Noël et le réveillon du jour de l'an autour de 16 délicieuses recettes légères et saines, faciles et rapides à réaliser (promis !), sans produits animaux (ni viande, ni poisson, ni produits laitiers, ni œufs), certaines recettes sont même exemptes de gluten, pour un menu festif complet de l'entrée au dessert.

Cette année, c'est promis, on sortira de table repus et satisfaits, mais surtout légers !

Ce livret s'adresse aux végétariens et aux végétaliens bien entendu, qui souvent peinent à trouver des recettes festives pour Noël, mais également aux personnes soucieuses de leur santé et de leur ligne, aux personnes souffrant d'intolérances ou d'allergies alimentaires (lactose, gluten) et surtout... aux personnes curieuses de nouvelles saveurs et qui n'ont pas peur de sortir des sentiers battus.

Au menu :

Entrées

Taboulé de Noël à la grenade et aux patates douces

Tartelettes potimarron, champignons et sarrasin (sans gluten)

Terrine façon faux-gras

Velouté à la châtaigne (sans gluten)

Plats

Parmentier de Noël à la courge butternut (sans gluten)

Pâté de lentilles en croûte

Risotto aux champignons

Tempeh aux marrons et purée de céleri (sans gluten)

Terrine de Noël à la patate douce et à la châtaigne (sans gluten)

Tourte végétale de Noël au potimarron et à la châtaigne

Desserts

Banoffee cru en verrine (sans gluten)

Bûche légère au chocolat et au pain d'épices

Bûche au chocolat et à la marmelade d'orange

Pain d'épices

Petites crèmes soja vanille tonka (sans gluten)

Tartelettes crues à la clémentine (sans gluten)

Un petit mot sur nous :

Nous sommes Anna et Olivia, deux sœurs passionnées de cuisine ! Nous animons depuis plus de cinq ans le blog culinaire « La cuisine d'Anna et Olivia ».

Au fil des années, nous avons découvert une nouvelle cuisine savoureuse et fascinante : la cuisine végétarienne/végétalienne. Cette cuisine se révèle extrêmement créative, pas du tout restrictive, permettant de manger sainement et de faire attention à sa ligne tout en se régaland. En bonus, l'alimentation végétale s'inscrit dans une démarche écologique et durable ! Présentation de l'éditeur

« Noël végétal : pour des fêtes gourmandes et conviviales »

Nous vous proposons de fêter Noël et le réveillon du jour de l'an autour de 16 délicieuses recettes légères et saines, faciles et rapides à réaliser (promis !), sans produits animaux (ni viande, ni poisson, ni produits laitiers, ni œufs), certaines recettes sont même exemptes de gluten, pour un menu festif complet de l'entrée au dessert.

Cette année, c'est promis, on sortira de table repus et satisfaits, mais surtout légers !

Ce livret s'adresse aux végétariens et aux végétaliens bien entendu, qui souvent peinent à trouver des recettes festives pour Noël, mais également aux personnes soucieuses de leur santé et de leur ligne, aux personnes souffrant d'intolérances ou d'allergies alimentaires (lactose, gluten) et surtout... aux personnes curieuses de nouvelles saveurs et qui n'ont pas peur de sortir des sentiers battus.

Au menu :

Entrées

Taboulé de Noël à la grenade et aux patates douces

Tartelettes potimarron, champignons et sarrasin (sans gluten)

Terrine façon faux-gras

Velouté à la châtaigne (sans gluten)

Plats

Parmentier de Noël à la courge butternut (sans gluten)

Pâté de lentilles en croûte

Risotto aux champignons

Tempeh aux marrons et purée de céleri (sans gluten)

Terrine de Noël à la patate douce et à la châtaigne (sans gluten)

Tourte végétale de Noël au potimarron et à la châtaigne

Desserts

Banoffee cru en verrine (sans gluten)

Bûche légère au chocolat et au pain d'épices

Bûche au chocolat et à la marmelade d'orange

Pain d'épices

Petites crèmes soja vanille tonka (sans gluten)

Tartelettes crues à la clémentine (sans gluten)

Un petit mot sur nous :

Nous sommes Anna et Olivia, deux sœurs passionnées de cuisine ! Nous animons depuis plus de cinq ans le blog culinaire « La cuisine d'Anna et Olivia ».

Au fil des années, nous avons découvert une nouvelle cuisine savoureuse et fascinante : la cuisine végétarienne/végétalienne. Cette cuisine se révèle extrêmement créative, pas du tout restrictive, permettant de manger sainement et de faire attention à sa ligne tout en se régalant. En bonus, l'alimentation végétale s'inscrit dans une démarche écologique et durable !

Download and Read Online Noël Végétal: Recettes gourmandes et faciles Anna VIGNERON, Olivia VIGNERON #YUDZF70J1IV

Lire Noël Végétal: Recettes gourmandes et faciles par Anna VIGNERON, Olivia VIGNERON pour ebook en ligne Noël Végétal: Recettes gourmandes et faciles par Anna VIGNERON, Olivia VIGNERON Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Noël Végétal: Recettes gourmandes et faciles par Anna VIGNERON, Olivia VIGNERON à lire en ligne. Online Noël Végétal: Recettes gourmandes et faciles par Anna VIGNERON, Olivia VIGNERON ebook Téléchargement PDF Noël Végétal: Recettes gourmandes et faciles par Anna VIGNERON, Olivia VIGNERON Doc Noël Végétal: Recettes gourmandes et faciles par Anna VIGNERON, Olivia VIGNERON Mobipocket Noël Végétal: Recettes gourmandes et faciles par Anna VIGNERON, Olivia VIGNERON EPub **YUDZF70J1IVYUDZF70J1IVYUDZF70J1IV**