



## La pâtisserie crue

*Ophelie Veron*

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

La pâtisserie crue Ophelie Veron

 [Download La pâtisserie crue ...pdf](#)

 [Read Online La pâtisserie crue ...pdf](#)

# La pâtisserie crue

*Ophelie Veron*

**La pâtisserie crue** Ophelie Veron

## Téléchargez et lisez en ligne La pâtisserie crue Ophelie Veron

---

Format: Ebook Kindle

Présentation de l'éditeur

- La cuisine raw, crue et vegan, est de plus en plus tendance auprès des chefs et du public. Mais peu de choses aujourd'hui sont publiées sur la pâtisserie crue.
- Une iconographie abondante et très gourmande, de nombreux pas à pas en photo.

- Ce qu'on trouve dans ce livre : des fruits frais ou séchés, des noix, des graines de lin ou de sarrasin, de la noix de coco, du beurre de cacao... et d'autres super aliments.

- Ce qu'on n'y trouve pas : du beurre, du lait, des oeufs, du gluten, du sucre raffiné...

- Les crèmes pâtisseries ou chantilly sont à base de purée d'amande, les mousses à base de banane ou d'avocat, les pâtes à tarte sont préparées avec du sarrasin cru ou des noisettes, le " caramel " avec des dattes...

- Pas de matériel compliqué : un blender suffira, et un four à 40 °C pourra remplacer le déshydrateur.

- Le livre propose 40 recettes emblématiques de la pâtisserie raw : de la charlotte au layer cake, en passant par les macarons ou les clafoutis.

- La cuisine raw, crue et vegan, est de plus en plus tendance auprès des chefs et du public. Mais peu de choses aujourd'hui sont publiées sur la pâtisserie crue.
- Une iconographie abondante et très gourmande, de nombreux pas à pas en photo.

- Ce qu'on trouve dans ce livre : des fruits frais ou séchés, des noix, des graines de lin ou de sarrasin, de la noix de coco, du beurre de cacao... et d'autres super aliments.

- Ce qu'on n'y trouve pas : du beurre, du lait, des oeufs, du gluten, du sucre raffiné...

- Les crèmes pâtisseries ou chantilly sont à base de purée d'amande, les mousses à base de banane ou d'avocat, les pâtes à tarte sont préparées avec du sarrasin cru ou des noisettes, le " caramel " avec des dattes...

- Pas de matériel compliqué : un blender suffira, et un four à 40 °C pourra remplacer le déshydrateur.

- Le livre propose 40 recettes emblématiques de la pâtisserie raw : de la charlotte au layer cake, en passant par les macarons ou les clafoutis.

Biographie de l'auteur  
Ophélie Véron anime le blog écolo et culinaire Antigone XXI. Très active dans la communication de son blog, on la retrouve souvent à la une de magazines. Ophélie vit et travaille en Allemagne.

Download and Read Online La pâtisserie crue Ophelie Veron #ZRLADYXC7Q2

Lire La pâtisserie crue par Ophelie Veron pour ebook en ligneLa pâtisserie crue par Ophelie Veron  
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 La pâtisserie crue par Ophelie Veron à lire en ligne. Online La pâtisserie crue par Ophelie Veron ebook  
Téléchargement PDFLa pâtisserie crue par Ophelie Veron DocLa pâtisserie crue par Ophelie Veron  
MobipocketLa pâtisserie crue par Ophelie Veron EPub  
**ZRLADYXC7Q2ZRLADYXC7Q2ZRLADYXC7Q2**