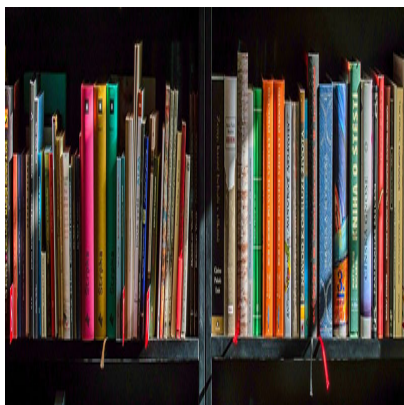




Je cuisine les légumes de mon potager

Description

150 recettes maison de la cueillette à l'assiette

Sandrine DUPORT

Juin 2023 19,95 €

Éditeur : Jouvence ISBN 10 : 2889537714

Transformer les fruits et légumes de son potager en petits plats bio et frais pour le quotidien ou les jours de fêtes, quel plus grand plaisir !? Que ce soit par économie, pour l'écologie ou simplement par choix de vie, cuisiner les légumes du potager, c'est prendre sa vie en main pour lui donner du goût. Cela implique de **cuisiner au gré des saisons**, de vivre en harmonie avec la nature et les besoins naturels de notre corps. Les recettes de ce livre sont donc classées par saison, avec des idées innovantes pour vos entrées, plats et desserts de tous les jours, et en bonus quelques repas plus élaborés.

Dans cet ouvrage, Sandrine Duport, vous redonnera le vrai goût des choses, notamment au travers de ses délicieuses recettes bio et faciles à réaliser !

Passionnée par la cuisine depuis son enfance, **Sandrine Duport** a passé la plus grande partie de sa vie derrière les fourneaux. Cette autodidacte commence par de petits emplois dans la restauration pour finir cheffe de cuisine dans une ferme auberge. Sa passion et ses expériences lui ont donné le goût de la qualité des produits et le goût de la nature. À 50 ans, elle choisit de vivre à la campagne, où elle met en valeur les légumes de son potager et prône l'autonomie alimentaire. Retrouvez-la sur sa chaîne YouTube « **Popote & Potager** ».

Categorie

1. documents
2. livre
3. SRHGx

Tags

- 1. cuisine
- 2. légumes
- 3. potager
- 4. recettes

date création
23 mai 2023
Auteur
cblancke

default watermark