

Mon jardin m'offre l'apéro

## **Description**

50 recettes : Verrines, tartinades, boissons, cupcakes, bouchées atermark

**Amandine GEERS** 

Mai 2022 14,00â,¬

Éditeur : Terre Vivante ISBN : 9782360987061



Un apéro aux légumes, fruits, herbes aromatiques ou fleurs, feuilles et fanes du jardin ou du marché, ça vous tente?

Amandine Geers, créatrice culinaire et cheffe à domicile, autrice d'une trentaine de livres de cuisine bio, présente dans son nouveau livre **50 recettes** originales, variées et gourmandes pour proposer un **buffet vitaminÃ**©, **nourrissant, éclatant de couleurs et de saveurs** !

Halte au trio trop salé et trop gras « chips-cacahuà "tes-saucisson » et place aux Å "ufs cocotte aux petits pois frais, verrines d'épinards à la crà me aigre, millefeuilles d'aubergine et pesto, bruschettas prunes lavande, chutney tomates figues ou encore beignets de fleurs d'acacia et vin de pâquerettes.

Des recettes simples, rapides à préparer, avec ou sans gluten, sucrées et salées et essentiellement végétariennes, il y en a pour tous les goûts.

Des mini-pizzas, pop-corn, croissants et chips aux légumes raviront également les papilles des plus jeunes. Pour que vos **apéros dinatoires** prennent des airs de fête, tout en alliant plaisir, convivialité, santé et écogestes !

## Categorie

- 1. documents
- 2. livre
- 3. SRHGx

## **Tags**

- 1. apéro
- 2. fruits
- 3. Iégumes
- 4. recettes

date créée 11 novembre 2022 Auteur cblancke