

Savoureuses recettes de mon potager : Originales et saines, lÃ©gumes â?? fruits â?? herbes â?? fleurs

Description

default watermark

Amandine GEERS

Juin 2024 14 â?¬

Terre Vivante ISBN : 9782360987139



Produire soi-mÃªme ses lÃ©gumes pour la consommation familiale est un rÃ©el plaisir. Mais une fois ramassÃ© le fruit dâ??un travail acharnÃ©, que peut-on en faire pour sortir des sempiternelles tomates-mozza, chou farci ou encore ratatouille gÃ©ante destinÃ©e Ã utiliser courgettes, aubergines et compagnie (non que ce ne soit pas bon, mais on sâ??en lasse un peu, non ?!).

Cet ouvrage trÃ¨s illustrÃ© fourmille de propositions Ã la fois simples et inventives, **qui mÃ©langent les saveurs** pour une cuisine pleine de peps : salade haricots verts et haricots de mer, charlotte dâ??aubergines au fromage de chÃ¨vre, jeunes poireaux en croÃ»te de sel, chutney de cerises, cake sucrÃ© courgette-citron ou encore croque-monsieur Ã la bourrache, gaspacho de concombre et dâ??ortie, tarte aux figues et Ã la lavandeâ?¦

JardiniÃ¨re passionnÃ©e, **Amandine Geers** est aussi et avant tout crÃ©atrice culinaire, autrice, photographeâ?¦

Autrice de prÃ¨s de 50 livres de cuisine, elle se plaÃ®t Ã crÃ©er des recettes inventives, originales, Ã base dâ??ingrÃ©dients trÃ¨s frais, issus du jardin â?? lÃ©gumes et fruits, mais aussi herbes et fleurs.

Son credo : **une cuisine alliant plaisir, santÃ© et bon sens Ã©cologique**.

Elle propose ici **48 recettes qui donneront du pepâ??s Ã vos productions du potager et du verger**, mais aussi des conseils de rÃ©colte et de conservation, ainsi que des zooms sur une vingtaine de lÃ©gumes avec de nombreuses astuces et variantes.

default watermark

48 propositions originales, inventives, qui mÃ©langent les saveurs pour une cuisine pleine de pepâ??s et de saveur : salade de haricots verts et haricots de mer, oeufs cocotte en courgette, poireaux en croÃ»te de sel, veloutÃ© de courge Ã lâ??ail rÃ´ti, crÃ¨me de potimarron, coco et citron vert, tarte rustique aux figues et Ã la lavandeâ?¦ promis, vous allez vous rÃ©galer !

Categorie

1. documents
2. livre
3. SRHGx

Tags

1. potager
2. recettes

date crÃ©Ã©e
4 juillet 2024
Auteur
cblancke