



Vos desserts préférés sans lait ni gluten

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Vos desserts préférés sans lait ni gluten

Alice Laffont, Laure Laffont, Jean Pommier, Annie Rapaport, Philippe Rapaport

Vos desserts préférés sans lait ni gluten Alice Laffont, Laure Laffont, Jean Pommier, Annie Rapaport, Philippe Rapaport

Vos desserts préférés, sans gluten ni lait, collectif d'auteurs :

Les auteurs :

Ayant eu à faire face à des maladies rares et auto-immunes, les auteurs ont eux-mêmes été confrontés, il y a une dizaine d'années, à la difficulté d'adapter leurs recettes familiales à leur nouveau régime. Ce livre est le fruit de leur expérience et d'un travail d'équipe solidaire.

Présentation :

65 recettes traditionnelles : langues de chats, clafoutis, crêpes, quatre-quarts, galette des rois, tarte au citron... **les classiques de la cuisine familiale réinventés** sans lait et sans gluten.

Ces recettes ont été mises au point par une équipe d'auteurs, qui ont eux-mêmes été confrontés, aux contraintes d'un régime sans lait ni gluten préconisées par le docteur Jean Seignalet.

En début d'ouvrage, un **guide de substitution** présente les ingrédients utilisés : farine de riz, de manioc, de châtaigne... laits végétaux... des ingrédients faciles à trouver.

Toutes les recettes sont illustrées par la photographe culinaire Myriam Gauthier-Moreau

Le régime sans gluten et sans laitage est de plus en plus préconisé par les médecins.

Il concerne :

- les personnes allergiques ou **intolérantes** (les personnes atteintes de

 [Télécharger Vos desserts préférés sans lait ni gluten ...pdf](#)

 [Lire en ligne Vos desserts préférés sans lait ni gluten ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Vos desserts préférés sans lait ni gluten Alice Laffont, Laure Laffont, Jean Pommier, Annie Rapaport, Philippe Rapaport

144 pages

Revue de presse

« Les auteurs devraient être décorés de la médaille de la meilleure idée de livre de recettes de l'année ! »

Belle santé

« Ne désespérez pas, ce livre de recettes vous donne 65 idées pour faire vos desserts autrement. » La Vie

« Aussi bon que beau ! » Top santé

« Les personnes allergiques vont à nouveau pouvoir se régaler... » Rustica

« Ces recettes ne cèdent rien en saveur, ni en onctuosité à leurs homologues traditionnels. » Côté santé

« Des ingrédients facile à trouver dans le commerce. » La Vie Naturelle

« Et en plus c'est bon ! » Info bébés --(Dossier de presse) Présentation de l'éditeur

Tarte Tatin, crêpes, macarons, glaces, quatre-quarts... Soixante-cinq desserts connus et appréciés, adaptés avec des ingrédients sans lait ni gluten, faciles à trouver. Ces recettes ont été mises au point par une équipe d'auteurs qui ont eux-mêmes été confrontés aux contraintes d'un régime sans lait ni gluten, préconisé par le docteur Jean Signalet.

Download and Read Online Vos desserts préférés sans lait ni gluten Alice Laffont, Laure Laffont, Jean Pommier, Annie Rapaport, Philippe Rapaport #F4E95T28PYQ

Lire Vos desserts préférés sans lait ni gluten par Alice Laffont, Laure Laffont, Jean Pommier, Annie Rapaport, Philippe Rapaport pour ebook en ligne Vos desserts préférés sans lait ni gluten par Alice Laffont, Laure Laffont, Jean Pommier, Annie Rapaport, Philippe Rapaport 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 Vos desserts préférés sans lait ni gluten par Alice Laffont, Laure Laffont, Jean Pommier, Annie Rapaport, Philippe Rapaport à lire en ligne. Online Vos desserts préférés sans lait ni gluten par Alice Laffont, Laure Laffont, Jean Pommier, Annie Rapaport, Philippe Rapaport ebook Téléchargement PDF Vos desserts préférés sans lait ni gluten par Alice Laffont, Laure Laffont, Jean Pommier, Annie Rapaport, Philippe Rapaport Doc Vos desserts préférés sans lait ni gluten par Alice Laffont, Laure Laffont, Jean Pommier, Annie Rapaport, Philippe Rapaport Mobipocket Vos desserts préférés sans lait ni gluten par Alice Laffont, Laure Laffont, Jean Pommier, Annie Rapaport, Philippe Rapaport EPub

F4E95T28PYQF4E95T28PYQF4E95T28PYQ