



Mes petites recettes magiques à l'agar-agar

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

Mes petites recettes magiques à l'agar-agar

Anne Dufour, Carole Garnier

Mes petites recettes magiques à l'agar-agar Anne Dufour, Carole Garnier

Mes petites recettes magiques à l'agar-agar - Anne Dufour et Carole Garnier

Auteurs : Anne Dufour et Carole Garnier

Se régaler et prendre soin de son corps et de sa ligne grâce au secret minceur made in Japan !

Etat : Livre d'occasion en bon état

Format : 11 x 17,8 cm

224 pages

ISBN : 978-2-84899-390-4

Un peu de magie dans votre vie ? Abracagar ! Ce gélifiant naturel, qui fait des miracles en cuisine, est l'allié de votre santé et de votre ligne. Que vous soyez novice ou déjà adepte de cet extrait d'algues rouges, il n'a pas fini de vous surprendre.

Dans ce guide très pratique, découvrez :

- Les vertus incroyables de l'agar-agar et tous les conseils pour le choisir et le préparer
- Café, épices, bicarbonate, herbes aromatiques, huiles essentielles, son d'avoine... les meilleurs ingrédients à privilégier avec l'agar-agar.
- Anti-jambes lourdes, détox, cheveux éclatants, anticholestérol, ventre plat... 66 menus sur mesure pour vous faire du bien. Il y en a forcément un pour vous !
- Flan Blanche neige, Velouté bien aimé, Fondant du devin, Gâteau de semoule du marchand de sable, Sortilège au chocolat, Tartelette irréaliste (notre photo de couverture)... 70 nouvelles recettes simplissimes, inventives et gourmandes pour donner créativité et poésie à vos plats et boissons !

Se régaler, prendre soin de son corps et de sa ligne, grâce au secret minceur made in Japan !

 [Télécharger Mes petites recettes magiques à l'agar-agar ...pdf](#)

 [Lire en ligne Mes petites recettes magiques à l'agar-aga ...pdf](#)

224 pages

Extrait

Introduction

Tous les magiciens ont leur élixir, leur potion, leur poudre de Perlimpinpin... Nous, nous avons l'agar-agar, cette poudre extraite d'algues rouges, aux pouvoirs pour le moins étonnants ! Il agit sur le mauvais cholestérol, facilite le transit tout en douceur, possède des propriétés chélatrices, c'est-à-dire qu'il capte et évacue les métaux lourds (toxiques) présents dans l'organisme. Et surtout, il aide tout candidat à la minceur à atteindre son objectif, en favorisant la satiété et en éliminant naturellement une partie des graisses et des sucres de l'alimentation. Un tour de passe-passe qui fait disparaître les calories ? Absolument ! Sauf qu'il ne s'agit pas d'un truc d'illusionniste, mais bien d'une réalité.

Au fur et à mesure des expériences menées dans notre chaudron magique, il est apparu qu'on pouvait obtenir des pouvoirs encore plus magiques. Des bénéfiques sur l'immunité, la santé cardiaque, la circulation du sang, le stress, le tonus, la prévention du vieillissement, la perte de kilos..., tout simplement en ajoutant d'autres ingrédients soigneusement sélectionnés pour leurs vertus propres : des jus, des sirops, des eaux, d'autres poudres, des épices... Abracagagar ! Nos recettes magiques étaient nées. Gourmandes forcément, puisque magiques ! Ainsi, vous pourrez goûter une mousse au chocolat sans jaunes d'œufs, sans crème, sans beurre, pleine de bons acides gras, légère, relaxante, coupe-faim et permettant de renforcer les défenses immunitaires. Si ce n'est pas de la magie, ça ?

Vous vous êtes amusé avec l'agar-agar en testant les recettes de nos précédents livres, et vous l'avez définitivement adopté dans votre cuisine de tous les jours ? Allez plus loin : utilisez-le encore plus judicieusement dans le cadre de nos recettes et menus magiques sur mesure pour un maximum de plaisir, d'équilibre et d'efficacité. Présentation de l'éditeur

Un peu de magie dans votre vie ? Abracagagar ! Ce gélifiant naturel, qui fait des miracles en cuisine, est l'allié de votre santé et de votre ligne. Que vous soyez novice ou déjà adepte de cet extrait d'algues rouges, il n'a pas fini de vous surprendre.

Dans ce guide très pratique, découvrez :

- Les vertus incroyables de l'agar-agar et tous les conseils pour le choisir et le préparer.
- Café, épices, bicarbonate, herbes aromatiques, huiles essentielles, son d'avoine... les meilleurs ingrédients à privilégier avec l'agar-agar.
- Anti-jambes lourdes, détox, cheveux éclatants, anticholestérol, ventre plat... 66 menus sur mesure pour vous faire du bien. Il y en a forcément un pour vous !
- Flan Blanche neige, Velouté bien aimé, Fondant du devin, Gâteau de semoule du marchand de sable, Sortilège au chocolat, Tartelette irréaliste (notre photo de couverture)... 70 nouvelles recettes simplissimes, inventives et gourmandes pour donner créativité et poésie à vos plats et boissons !

Se régaler, prendre soin de son corps et de sa ligne, grâce au secret minceur made in Japan ! Biographie de l'auteur

Anne Dufour et Carole Garnier sont journalistes et auteurs à succès de nombreux livres dont Le régime IG, Agar-agar, la nouvelle arme antikilos et Pâtes minceur (Leduc.s Éditions).

Download and Read Online Mes petites recettes magiques à l'agar-agar Anne Dufour, Carole Garnier

#HDR0KMVCS1U

Lire Mes petites recettes magiques à l'agar-agar par Anne Dufour, Carole Garnier pour ebook en ligne Mes petites recettes magiques à l'agar-agar par Anne Dufour, Carole Garnier 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 Mes petites recettes magiques à l'agar-agar par Anne Dufour, Carole Garnier à lire en ligne. Online Mes petites recettes magiques à l'agar-agar par Anne Dufour, Carole Garnier ebook Téléchargement PDF Mes petites recettes magiques à l'agar-agar par Anne Dufour, Carole Garnier Doc Mes petites recettes magiques à l'agar-agar par Anne Dufour, Carole Garnier Mobipocket Mes petites recettes magiques à l'agar-agar par Anne Dufour, Carole Garnier EPub
HDR0KMVCS1UHDR0KMVCS1UHDR0KMVCS1U