



## Glaces et sorbets bio

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

# Glaces et sorbets bio

Marie Chioca

## Glaces et sorbets bio Marie Chioca

Confectionnez à la maison glaces et sorbets en utilisant les meilleurs ingrédients bio : fruits de saison, yaourts de brebis, lait de riz, sucres naturels... pour des glaces saines et bio aux saveurs plus intenses. Pour réussir à coup sûr, les recettes sont expliquées étape par étape. Voici quelques unes des recettes que vous apprendrez à réaliser dans cet ouvrage : Glace au pain d'épices et au lait d'avoine, glace à la fraise et au petit suisse, profiteroles à la mandarine, soufflé glacé chocolat-amande, granité de gaspacho au vinaigre balsamique... L'auteur propose des variantes saisonnières, des suggestions de présentation (des simples bûchettes aux glaces sophistiquées), des coulis, nougates ou miettes de crumble pour accompagner ces saines gourmandises... Auteur : Marie Chioca Photographies : Fabrice Subiros 72 pages 16 x 22 cm Imprimé sur papier FSC ISBN : 978-2-84221-228-5

 [Télécharger Glaces et sorbets bio ...pdf](#)

 [Lire en ligne Glaces et sorbets bio ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne Glaces et sorbets bio Marie Chioca

---

72 pages

Extrait

Avant-propos

Pour rompre la glace

Toutes les recettes de glaces commencent ainsi : «Faire une crème anglaise avec tant de lait, tant de jaunes d'oeufs et tant de sucre ; ajouter la crème...».

Et encore, c'est pour ceux qui tenteraient de réaliser une recette maison, car je vous fais grâce de la description des glaces industrielles, qui risquerait de vous couper l'appétit...

Cet aliment plaisir pourtant si séduisant représente souvent le type même des desserts trop gras, trop riches, trop sucrés... et ce n'est pas sans raison qu'il est si souvent associé à ces plats un peu tabous, rejetés par ceux qui recherchent une alimentation saine et équilibrée.

Ce petit livre consolant pour les gourmands en tout genre vous propose de quoi satisfaire bien des convoitises : de fabuleuses recettes de glaces saines et savoureuses qui permettront de partager de joyeux moments de gourmandise et de convivialité.

° Des glaces onctueuses à base de purées d'oléagineux, de légères glaces au yaourt (ou à base d'autres produits laitiers qui changent un peu du lait), des sorbets hypervitaminés, des glaces entièrement végétales à base de lait de riz, de soja, d'avoine ou d'épeautre...

° Vous trouverez aussi de merveilleux desserts glacés qui cloront en toute beauté un repas un peu plus festif, et quelques recettes salées originales et savoureuses.

° Sans oublier des idées de recettes à réaliser sans sorbetière, ainsi que des recettes sans lait et/ou sans oeufs pour que tout le monde puisse faire la fête !

Tout compte fait, puisque c'est si bon pour la santé, j'en reprendrais bien une petite coupe... Présentation de l'éditeur

Glace au pain d'épices et au lait d'épeautre , Glace à la fraise et au petit suisse, Profiteroles à la mandarine, Soufflé glacé chocolat-amande, Granité de gaspacho au vinaigre balsamique...

Confectionnez à la maison glaces et sorbets en utilisant les meilleurs ingrédients bio : fruits de saison, yaourts de brebis, lait de riz, sucres naturels... pour des glaces saines et bio aux saveurs plus intenses.

Pour réussir à coup sûr, les recettes sont expliquées étape par étape. L'auteur propose des variantes saisonnières, des suggestions de présentation (des simples bâtonnets aux gâteaux sophistiqués), des coulis, nougates ou miettes de crumble pour accompagner ces saines gourmandises...

Download and Read Online Glaces et sorbets bio Marie Chioca #U7QLEIVYKGR

Lire Glaces et sorbets bio par Marie Chioca pour ebook en ligneGlaces et sorbets bio par Marie Chioca  
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 Glaces et sorbets bio par Marie Chioca à lire en ligne.Online Glaces et sorbets bio par Marie Chioca  
ebook Téléchargement PDFGlaces et sorbets bio par Marie Chioca DocGlaces et sorbets bio par Marie  
Chioca MobipocketGlaces et sorbets bio par Marie Chioca EPub

**U7QLEIVYKGRU7QLEIVYKGRU7QLEIVYKGR**