

Le plaisir de cuisiner - La cuisine végétarienne: CE - Vegetarian - FRE PDF - Télécharger, Lire



TÉLÉCHARGER

LIRE

ENGLISH VERSION

DOWNLOAD

READ

Description

Ma cuisine vegan pour tous les jours . Guide Brachet des vins vegan et végétaliens . Des recettes africaines et caribéennes avec des produits du marché.
5 mars 2015 . Cancer, diabète, maladies cardiovasculaires : un régime végétarien pour .. Côté

bouquins, optez pour "La Veganista, le plaisir de la cuisine vegan" de Nicole Just . les recettes bio de Bioaddict.fr ici : www.bioaddict.fr/recette.

Chirashi végétarien . Cette recette de pad thaï fera le bonheur des végétariens grâce au tofu qu'il . Ce délicieux curry végétalien conjugue plaisir et santé.

Retrouvez Veggie je sais cuisiner végétarien et des millions de livres en stock sur . La bible de la cuisine végétarienne, par Clea, l'une des blogueuses .. En même temps, ça peut devenir tout un plaisir de faire ses courses plus sainement.

Découvrez le livre Aujourd'hui, je cuisine végétarien ! - Recettes équilibrées, économiques et faciles Claude Aubert Olivier Degorce Amandine Geers - Achat de.

La recette de cuisine nouvelle génération est sur Youmiam ! Trouvez des . Ton compagnon gourmand personnalisé avec qui cuisiner est toujours un plaisir.

Les savoir faire de la cuisine végétarienne : livre sur la cuisine végétarienne de . Je sais cuisiner. des rillettes végétales, des pâtés végétaux, des veggies.

Repas végétarien dans un temple à Nagano, Japon — Falafel à Paris, France — Salade végétarienne à Palerme, Italie. Le végétarisme est une pratique alimentaire qui exclut la consommation de chair animale. ... Beaucoup de restaurants en Inde se distinguent clairement – ainsi que les marchés –, comme étant.

12 déc. 2016 . Chloé et Anne de Veggie Magnifique vous accueillent tous les mois au 5 Lorette pour un dîner-cours de cuisine veggie. 5 Lorette, 5 . Produits locaux, bio, les plats sont non seulement végétariens et mais également sans lait de vache. C'est joli . Nous donnons la parole aux lecteurs du Point.fr ! Est-ce.

Veggie, je sais cuisiner végétarien, Clea, Eric Fénot, La Plage Editeur. . Clea, la célèbre blogueuse, auteur de nombreux livres de cuisine bio, nous guide dans.

8 mai 2015 . Sélection de livres sur la cuisine végétarienne - @SoAnn . A toutes celles et ceux qui croient que devenir végétarien ou pire (!), végane, est . comme des tristes sires, qui ne prennent pas de plaisir à manger. .. LeMonde.fr.

Recettes végétariennes et végétaliennes proposées par ACTA, association de Bordeaux, en . Sites Internet pour débiter en cuisine végétarienne . Le kit du végétarien en herbe réalisé par Peta . Pour le plaisir de cuisiner bio et pas cher

Festins végétariens au quotidien: Cuisiner avec plaisir de nouveaux aliments: . 16 2017); Language: French; ISBN-10: 2897033592; ISBN-13: 978- . #19 in Books > French Books (Livres en français) > Cuisine et Vins > Cuisine végétarienne . Elle a publié le Guide alimentaire végétarien en 1992, vendu à plus de trente.

12 oct. 2012 . Le régime végétarien ou végétalien peut-il être synonyme de santé? . Si tu ne cuisines pas, cela implique que quelqu'un a cuisiné pour toi et que tu n'as pas le contrôle . Pour faire plaisir, j'ai accepté d'en manger un peu.

24 févr. 2014 . Je découvre le Hors-série FemininBio "Végétarien & Gourmand" en PDF ou sur iPad .. Certifié Ecodétergents par Ecocert Greenlife. www.etaminedulys.fr . Je trouve du plaisir dans beaucoup d'autres aliments et, aujourd'hui, non, .. Retrouvez les recettes végétariennes et gourmandes de Mlle Pigut et.

Devenir végétarien/végétalien/vegan n'est pas une affaire de plaisir, de ce .. et sans produits d'origine animale, donc cruelty-free, vegan, végétalien et sans lactose. . En général je suis la recette du "tartare" de Vege ou presque et j'y ajoute.

Sites de recettes véganes, recettes végétariennes, recettes végétaliennes. . Cuisine vegan pour débutant est un blog, avec de petite astuce, recettes et idées repas pour aider les . VeganWIZ.fr est une communauté de Chefs Vegans et de personnes qui aiment cuisiner à tous les niveaux. . PLAISIRS NON COUPABLES.

Seitan : comment cuisiner cette alternative vegan à la viande ? . Dans la cuisine végétarienne et

végétalienne, le seitan est consommé en remplacement de la.

5 déc. 2016 . Pour chasser les préjugés et se faire PLAISIR ! . Noël ou Nouvel An Végétarien . Bonne cuisine à tous :) N'hésitez pas à mettre en avant des produits plus festifs: (champignons luxueux, épices rares, cuisine aux alcool prestigieux..) ..

<http://www.generationvegetale.fr/joyeuses-fetes-pour-tous-ceux-qui->.

8 juin 2015 . Allez, un petit exemple pour le plaisir, une recette de crème de chou-fleur aux amandes... Le blog est . Le blog végétarien de Cléa Cuisine.

Un atelier de cuisine bio & végane où vous cuisinez dans une ambiance chaleureuse avec un . Pionnière de la cuisine bio & végé . J'ai vraiment aimé refaire à la maison les plats appris aux cours de cuisine Vegan. Les recettes sont extrêmement bien expliquées, le cours est très bien construit, l'ambiance chaleureuse. ».

Tous les produits de la Boucherie Végétarienne sont végétariens ou végétaliens. . Isabelle et Philippe sont deux amoureux de la bonne cuisine. Ils n'auraient.

Vous découvrirez que cuisiner végétarien, c'est s'ouvrir à un monde ... Ce livre, je l'ai depuis plus de 2 ans et je prend toujours autant de plaisir à le feuilleter ! .. Oui, ici :

<http://www.cleacuisine.fr/lectures-gourmandes/index-des-recettes-pour>.

il y a 2 jours . Cette recette de muffins marbrés banane et chocolat sans gluten n'était pas prévue. . Pad thaï végétarien aux légumes et au tofu (vegan) . parle de 2 minutes montre en main !!) est née d'une envie soudaine de plaisir chocolaté. .. Les textes et photos de www.auvertaveclili.fr sont la propriété exclusive.

18 janv. 2013 . J'aurais plutôt intitulé cette recette « ragoût de lentilles.. ». Ce plat a l'air . Pour un plat végétarien ou un accompagnement.. Dal de lentilles.

16 févr. 2011 . Frédéric Côté-Boudreau, bénévole de l'Association Végétarienne de . une douzaine de recettes végétariennes pour pouvoir manger végétarien au quotidien. . La première est de faire la connaissance de la cuisine végétarienne à . et plus vous vous améliorerez, plus vous aurez du plaisir à cuisiner.

Vous pensez que la cuisine végétarienne n'est pas équilibrée ? . Fraîcheur et ingrédients divers sont au menu de la cuisine et des plaisirs végétariens.

Maeva adore cuisiner notamment la pâtisserie et les desserts. . saine et non-industrielle et privilégie la cuisine vegan et végétarienne mais gourmande ! . Cook a Life by Maeva en cliquant sur ce lien : <http://cookalifebymaeva.blogspot.fr/>.

30 mai 2017 . J'ai donc appris à cuisiner les épices, à découvrir de nouvelles saveurs,... . est une clé de succès pour prendre plaisir à manger végétarien.

Recettes végétaliennes, végétariennes, faciles et rapides, illustrées en photos . de cuisiner tel ou tel légume pour que les enfants en mangent avec plaisir! . Une sacrée équipe de 16 auteures de cuisine végétarienne et vegan (dont moi).

il y a 6 jours . Cliquez ici pour découvrir des recettes simples et créatives, des atuces culinaires et des décors originales.

La cuisine Vegan est riche et variée, et les blogueurs ont une imagination toujours plus . vidéos, livres de recettes 100% vegan présents sur la toile, pratique pour débiter, ou pour varier les m. . Recettes.vegan.fr · Ruzette Cuisine · Sacrés Veggies · Saveurs Veg'Ethic . Sélection de livres du site « Mangez Végétarien !

1 mars 2017 . Noël végétarien : tu t'apprêtes à passer les fêtes de Noël en famille ? . celle de mes frères, qui ne sauraient consommer des produits de couleur verte : c'est contraire à leurs principes). . Velouté au butternut et cèpes, la recette de Vegan Valkyrie; Quiche .. Je vais cuisiner pour moi, pour me faire plaisir.

Découvrez les recettes de cuisine végétarienne et de sans gluten du Chef et partagées dans le Club Chef Simon. . L'omelette aux légumes de saison, un délice de la cuisine végétarienne.

Photo par William . Tofu · Vegan hotdog . Une cuisine sans gluten mais pas sans plaisir. Pour les . C'est meat free thursday !

11 oct. 2014 . Rencontre avec Vicca de l'atelier culinaire "The Veggie Side" qui propose à Genève des cours de cuisine végétalienne. . une maman vegan, tout aussi gourmande que moi, avec qui j'ai beaucoup de plaisir à cuisiner.

8 juin 2017 . Mais aussi manger sain, voire végétarien. . Surement pas, car avec Pinterest la cuisine est accessible à tous, quel que soit son niveau. .

<https://fr.pinterest.com/marmiton/cuisiner-en-20-minutes/> . Picard fait plaisir à toute votre tribu avec des recettes gourmandes qui vont ravir les petits comme les grands.

Hier j'ai eu le plaisir de recevoir à la maison Jenna, de l'excellent blog Bistro de Jenna, pour un repas de recettes à 4 mains. Pour l'entrée nous avons trouvé.

Gâteau à la banane, au café et pépites de chocolat (vegan, ingrédients simples . Pas de recette aujourd'hui, mais le plaisir de partager avec vous un nouveau.

Des infos sur les ingrédients les plus utilisés de la cuisine végétarienne. Suivez aussi nos recettes végétariennes pour davantage d'inspiration.

7 févr. 2014 . Ensuite on a ce qu'on appelle le pesco-végétarien : un omnivore qui ne mange pas de .. Et surtout, il faut prendre plaisir à cuisiner autrement !

Végétalien, locavore, gluten free ou lactose free, on a tous un ami qui a adopté un . Être végétarien, ça en se limite pas seulement aux recettes. . dans la cuisine c'est de trouver le bon équilibre et de se faire plaisir sans culpabiliser !

La cuisine végétarienne est délicieuse et peut être parfaitement équilibrée et gourmande. . Un steak 100% végétarien, fort en protéines (pour remplacer une viande . Je les fais souvent de cette manière et, à chaque fois, c'est un réel plaisir.

Recettes de cuisine et Cuisine Végétarienne pour diabétique. Nous vous proposons une . Mousse au chocolat Vegan au jus de Pois chiches. Une mousse au.

5 nov. 2014 . Que vous mangiez végétarien, végétalien ou gluten-free il y a forcément une recette pour vous sur le délicieux blog de Loveandlemons !

31 mai 2016 . Si vous êtes déjà végétarien, vous savez sans doute déjà comment équilibrer vos repas. . cuisiner des simili-carnés nourrissants (tofu, seitan, tempeh,.. je propose à travers mon blog une cuisine à mon image, que j'aime qualifier de . le meilleur des modes de vie reste celui du plaisir des papilles !

21 juin 2017 . Le moment du repas devient un vrai plaisir pour ceux qui ont banni la . et à son credo : « J'aime cuisiner parce que j'aime donner du plaisir au client. . With five vegetarian and gluten-free dishes on the menu, meal times.

Manger végétarien tout en se faisant plaisir, c'est possible ! Variez son alimentation . vous ne trouvez pas ? Regardez et découvrez notre recette Côté Végétal.

Recettes équilibrées pour 2 adultes et 2 à 3 enfants/ados . ou une technique de cuisine qui vous fera découvrir de nouveaux plaisirs et vous surprendre. . vous pouvez personnaliser sa composition en choisissant vos préférences alimentaires : Je suis végétarien, Je ne . au 01 58 80 80 20 ou à service.client@quitoque.fr.

Vegan Gorilla est un restaurant vegan et crudivore, en plein cœur de Nice (06) . Goûtez à la cuisine végétalienne faite à base de produits frais et biologiques . Willy, cuisinier depuis 20 ans et vegan depuis 1 an, avec le rêve d'avoir un . boulangerie bio à 5 min du restaurant fait par de vrais artisans du plaisir au naturel.

Cuisine végétarienne. Tout savoir sur le régime végétarien. Comment adopter le régime végétarien ? Tout ce qu'il faut savoir sur le régime végétarien ainsi que.

24 août 2015 . L'adoption d'un style de vie végétarien en famille est plus simple . L'inclusion et le plaisir . Lancez-vous des défis, comme de cuisiner un nouvel aliment à chaque semaine ou

d'inventer une recette tous ensemble. . Végétarisme [En ligne].

<http://www.larousse.fr/encyclopedie/medical/vegetarisme/16882>.

Recettes de cuisine végétalienne . produits laitiers, viande, poisson, miel) dont 30 illustrées de photos inédites, pour se faire plaisir tout en se faisant du bien !

Végétarien un jour ou toujours, on n'est pas obligé de se mettre au régime tofu pour autant .

Faites vous plaisir avec une des recettes végétariennes Panzani la.

14 mai 2014 . En cuisine | Dossier Savoureuses découvertes. Cuisiner vegan, quel plaisir!

Partager. Voyage découverte du végétarisme au véganisme.

Ingrédients frais livrés à votre porte à chaque semaine pour cuisiner des repas familiaux. .

dans notre boîte réfrigérée, pour ensuite choisir quelle recette vous cuisinerez en premier. .

Redécouvrez le plaisir des repas en famille . Végétarien.

9 mars 2014 . Alors, comment cuisiner végétarien, équilibré, goûteux et plein de diversité ? .

de glaces et de fromages :) Cuisiner végétarien, c'est adopter une cuisine à . allez apprendre à

les cuisiner de façon à manger des légumes par plaisir, .. La Table des Matières:

<http://www.lepalaissavant.fr/table-des-matieres/>.

Régalez-vous au quotidien avec les recettes végétarienne Bjorg. Des recettes . desserts à

tomber... Recette Veggie Petits pains vapeur au chou kale et tofu.

4 nov. 2017 . Cette recette est saine, complète et idéale pour un repas végétarien. . C'est donc, avec un grand plaisir que je vous propose cette nouvelle.

21 sept. 2017 . Faites-vous plaisir en cuisinant la mozzarella de bufflonne à la façon . Si ce

n'est pas évident de manger végétarien, cette recette pourra vous.

5 juil. 2016 . Je vous l'accorde, cuisiner végétarien n'est pas vraiment toujours chose facile

dont vous avez besoin pour cuisiner une recette végétarienne. . L'alimentation plaisir et saine

par excellence. . Profitez du premier panier à 19€ au lieu de 24€ avec le code PREMIEAH !

<https://www.funkyveggie.fr/>.

Cette recette de tartine du dimanche soir pourrait parfaitement bien être réalisée . coût et au

bout de 4 jours de vacances, votre budget lié au plaisir est déjà bien entamé. . Salade aux

haricots verts, pois chiches et chèvre frais (végétarien).

9 juin 2014 . Critiques, citations, extraits de La Veganista : Le plaisir de la cuisine vegan de

Nicole Just. Très bon livre sur la cuisine vegan, avec le petit plus.

6 avr. 2017 . Découvrez de nombreuses recettes saines et variées avec des . and is located at

<https://www.runtastic.com/blog/fr/alimentation/la-nouvelle-> . forcément passer des heures

dans la cuisine ou renoncer au plaisir et au goût ! . les styles alimentaires (végétarien,

végétalien, sans produit laitier, sans noix...).

Merci à eux de partager leurs recettes! . Betty Une végétarienne presque parfaite. Son site Ses

11 . Paint it Green Cuisine Végétale . Vegan Freestyle.

32€/h : Passionnée de cuisine depuis toujours, j'ai 33 ans et j'ai suivi plusieurs stages et ateliers

de perfectionnement par plaisir. Malgré des journées. . cuisine en ligne ! Découvrir le bio et le

végétarien, ou quelques trucs pour cuisiner simplement au quotidien ! .. superprof.fr est

évalué 4.70/5 par 1 513 membres sur.

Panier prêt-à-cuisiner hebdomadaire livré chez vous avec ingrédients pré-dosés bio .

INGRÉDIENTS BIO ET DE SAISON LIVRÉS DANS VOTRE CUISINE !

Gratin de chou blanc : la recette au cumin ! Guide de préparation du gratin de chou blanc au

cumin Préparation du gratin de chou blanc pour 4 personnes : 35.

Voici notre sélection des meilleurs sites de cuisine et recettes végétariennes et végans. Il y en a

pour tous les . auvertaveclili.fr . Lili a aussi publié 3 livres papiers de recettes pour bien

cuisiner vegan. Le dernier ... de cuisine. Le blog est bien fait et les photos sont parfaites, à

consulter, aussi, pour le plaisir des yeux.

25 avr. 2016 . Il y a quelques mois, j'ai lu dans un livre américain de cuisine végétalienne que « la clé de la bonne cuisine végane était la substitution ».

1 oct. 2015 . Devenir végétarien : une aspiration difficile à réaliser ? . viande, voire s'en passer complètement, avec le même plaisir de cuisiner et manger,.

Cuisiner végétarien avec le Thermomix®. Les grands . valeurs nutritionnelles. Équilibrée et gourmande, votre cuisine végétarienne va séduire tous vos proches. . Comme il est important de varier les plaisirs, soyez créatifs ! Les tagliatelles.

100 % Végétal, le blog de cuisine vegan à suivre! Découvrez les recettes végétales & gourmandes de Marie Laforêt pour se régaler au quotidien. . on peut dire que je me suis bien fait plaisir puisque j'ai réalisé un livre tout entier sur le sujet.

Se faire plaisir en mangeant végétarien ? Oui, bien sûr ! . Si vous aimez cuisiner, vous êtes chanceux : la cuisine végétarienne est très créative ! Mettez les.

Retrouvez toutes nos idées recettes sur le thème Végétarien - entrée. Qui dit Végétarien - entrée dit saveurs et plaisirs gourmands. Recettes faciles ou niveau.

30 sept. 2011 . J'ai voulu montrer qu'il n'était pas difficile de cuisiner végétarien. . Ce livre est aussi la preuve que la cuisine végétarienne n'est pas fade et ennuyeuse . Il faut y aller par étape, faire des découvertes et surtout se faire plaisir!

Une alimentation végétarienne est-elle plus équilibrée ? . qui sont parfois confondus, et font parfois l'objet d'amalgame : bio, sain, équilibré & végétarien. . Les galettes bretonnes font parties d'un plaisir de la Vie simple (en tout cas, selon l'avis de mes papilles). . La cuisine saine & gourmande, c'est cuisiner autrement...

Une tendance à la hausse : Le Petit Livre de la cuisine végétarienne, plus de 7000 . pour remplacer la viande, et bien sûr comment cuisiner et se faire plaisir.

16 sept. 2016 . Modifier la ville Paris (fr) . Oui, on serait bien tenté de réduire la cuisine végétalienne au tofu et au steak . Mais alors, que mangent les vegans et comment parviennent-ils à prendre réellement du plaisir ? .. [ouvrage qui compile 40 recettes inspirées de plats traditionnels régionaux revisités façon vegan].

29 mai 2016 . Devenir végétarien : cinq pistes pour devenir végétarien en douceur. . Et on privilégie le plaisir gustatif à l'aspect nutritionnel. . On liste les plats que l'on cuisine et on repère ceux où la viande peut être facilement . Judicieux : les cuisiner en blanquette, accompagnée d'un risotto crémeux (avec une.

See more of Ma Cuisine Végétarienne on Facebook . www.macuisinevegetarienne.fr .. Des recettes innovantes ! . et parfumé surfant sur la nouvelle tendance culinaire... un vrai restaurant végétarien bio pour le plaisir de vos papilles !

Plaisirs végétariens: 180 recettes dans le nouveau livre de cuisine dédié aux végétariens et tous ceux qui, pour varier les plaisirs, apprécient les plats végétariens.

Pommes Anna : recette facile, Pommes Dauphine maison, Tatin de tomates. . tiens tant et je compte bien me remettre à cuisiner pour le plaisir des yeux et des. . à l'huile d'olive Un plat végétarien qui accompagnera parfaitement une viande,.

15 août 2015 . «Mon déclic végétarien est venu de la chanson «Meat is Murder» de Morrissey, que j'écoutais à 15 ans. . pour quelques minutes de plaisir que je n'aurais finalement plus puisque .. À force d'être curieux et de vouloir cuisiner de nouvelles choses, j'ai fini par faire un mois complet de cuisine végétarienne.

6 oct. 2017 . Si tout le monde n'est pas végétarien, tout le monde peut se laisser porter . on se (ré)approprie les fourneaux avec plaisir et simplicité, . Planche de recettes de Cuisine végétarienne pour tout le monde - Céline Mennetrier.

28 janv. 2015 . Un menu végétarien à chaque repas pendant 5 jours. Un post 'mercredi recette' un peu spécial, parce que depuis quelques semaines je me.

il y a 13 heures . Cuisine végétar/lienne, bio et gourmande - Partage de mes découvertes santé et bien-être - Photographie culinaire.

19 juil. 2016 . Mon premier dîner végétarien . Une recette inspirante: petites omelettes aux fleurs de courgette (Alice Hart, Éditions .. et se faire plaisir.

Je cuisine depuis toujours et je voyage depuis plus de 20 ans. . de façon tout à fait naturelle, sans que je me contraigne et sans perdre le plaisir de faire plaisir aux autres. Cuisiner végétarien, c'est cuisiner tout court et je n'ai pas le sentiment d'avoir véritablement changé. . And of course, feel free to ask any questions.

Retrouvez Encyclopedie de la cuisine végétarienne et des millions de livres en stock sur Amazon.fr. . Les plus classiques : soupe de quinoa, tartare d'algues, veggie makis et soupe miso, tian de . Cuisine végétarienne NE - 1001 recettes par COLLECTIF Broché EUR 9,95 .. Je le feuillète parfois juste pour le plaisir.

Recettes végétariennes et vegan inspirées de la cuisine du monde. . J'ai eu le plaisir de recevoir il y a quelques jours, une belle cagette de légumes et de fruits.

Explorez Repas Équilibrés, Cuisiner et plus encore ! . Voir plus. Rôti vegan (seïtan, tofu et légumes) . Goulash végétarien au seitan @ allrecipes.fr . Les végétariens auront ainsi le plaisir de pouvoir manger de ce délicieux plat hongrois.

27 sept. 2013 . Même après être devenu végétarien, je ne cessais pas de me poser cette question. . FR. عربي (Arabic) · Australia · Brasil · Canada · Deutschland .. parlé n'ont pas découvert leur passion pour la cuisine avant de devenir vegan. . voir avec plaisir qui trouve votre nouveau régime alimentaire formidable,.

20 mars 2010 . Comme je vois que certains sont un peu perdus à l'idée de manger végétarien toute une journée, je vais vous livrer quelques idées de menus.

Un restaurant Végétarien ? . Ios : <https://itunes.apple.com/fr/app/vege-tables/id1038041820?mt=8>. Et sur votre ordinateur : <https://www.vege-tables.fr/> .. + vous aurez également le plaisir de cuisiner avec un tablier portant le logo Vege Table.

La qualité est notre meilleure recette. . <http://assortiment-fr.oetker-food-service.be> .. Une grande partie de la population belge se fait un plaisir de manger végétarien de temps .. végétarien, car la cuisine végétarienne est tout aussi étendue.

Une recette végétarienne facile à préparer ? Oui grâce à plus de 200 blogs de cuisine. . recette vegan. facile Kitchari aux carottes et patates douces recette.

1 août 2014 . Je ne sais pas si je serai un jour végétarienne ou végétalienne, mais je prends beaucoup de plaisir . Les personnes ayant décidé de devenir vegan pour la cause . Je n'ai cuisiné que la moitié du paquet (donc 125 g de filet de soja), ..

<http://www.hellocoton.fr/chiigan-wings-ou-chicken-wings-vegan-une>.

Des recettes vegan et la cuisine vegan dans toute sa diversité et sa richesse pour fondre de plaisir sans se priver. . La cuisine végétalienne peut également rappeler la saveur des plats carnés traditionnels. . 4 desserts pour fondre de plaisir.

Wok de tofu aux légumes spécial cuisine végétarienne. . À quelle fréquence doit-on se masturber ? .. Fourchette & Bikini a le plaisir de vous annoncer que ce dossier recettes est (principalement) réalisé pour vous ! . n'allez pas hésiter à y piocher des idées et courir en cuisine pour y préparer un bon repas 100% vegan !

Je suis passionnée par la cuisiné végétale, j'adore jouer à « véganiser » les plats traditionnels et tester de nouvelles saveurs. J'ai depuis 4 ans un site internet.

