



## Coco

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

# Coco

*Marie Laforet*

Coco Marie Laforet

 [Télécharger Coco ...pdf](#)

 [Lire en ligne Coco ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne Coco Marie Laforet

---

72 pages

Présentation de l'éditeur

Symbole de la cuisine exotique, la noix de coco a aujourd'hui intégré les rayons des épiceries occidentales et est devenue un des produits indispensable de nos placards : sous forme de lait de coco en brique ou en conserve, mais aussi d'eau de coco, d'huile de coco ou simplement de noix de coco râpée.

La noix de coco connaît aujourd'hui un regain d'intérêt car le lait de coco séduit les nombreuses personnes allergiques au lactose mais aussi tous les amateurs de cuisine saine et diététique (il est très riche en minéraux). Il s'intègre avec gourmandise dans les recettes sucrés ou salées.

25 recettes originales et gourmandes :

- Des desserts gourmands (moelleux coco-framboise, crumble coco-amande, gâteau potimarron-coco à l'orange...)
- Des saveurs d'ailleurs (chaï tea latte coco, petits chaussons indiens, curry de seitan thaï...)
- Des recettes crues et vitalisantes (smoothie banane-cocogingembre, lemon-coco bars, beurre de coco maison...)

Biographie de l'auteur

Passionnée par le végétal et engagée pour une cuisine éthique, saine et gourmande, Marie Laforêt partage ses découvertes et expérimentations culinaires sur son blog « 100 % Végétal ». Egaleme nt photographe, elle illustre ses recettes et s'implique dans la promotion d'une alimentation responsable à travers de nombreux projets associatifs. Marie Laforêt vit et travaille à Bruxelles, elle est l'auteur de Desserts gourmands sans oeufs ni lait.

Download and Read Online Coco Marie Laforet #VL1M09EGDY7

Lire Coco par Marie Laforet pour ebook en ligneCoco par Marie Laforet 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 Coco par Marie Laforet à lire en ligne.Online Coco par Marie Laforet ebook Téléchargement PDFCoco par Marie Laforet DocCoco par Marie Laforet MobipocketCoco par Marie Laforet EPub  
**VL1M09EGDY7VL1M09EGDY7VL1M09EGDY7**