

Bibliothèque communale La Tour-de-Peilz

Farines alternatives : 30 farines pour changer de la farine de blé / Valérie Cupillard ; Joelle Kanaan

Title:	Farines alternatives : 30 farines pour changer de la farine de blé
Authors:	Cupillard, Valérie Kanaan, Joelle
Age:	Adultes
Type d'objet:	Livre
Sous-type de média:	Documentary
Languages:	french
	79 p. :
	Savez-vous que certaines farines sont de véritables superfoods et qu'elles peuvent s'utiliser comme compléments alimentaires ? Savez-vous que la farine de maïs violet est riche en anthocyanes, la farine de millet brun en silice, la farine de coco en fibres et que la farine de banane verte est considérée comme prébiotique ? Loin de l'uniformité d'une farine blanche, les farines de céréales, de graines sans gluten, d'oléagineux, de légumineuses, de fruit ou de légume apportent goût, texture et variété nutritionnelle à la cuisine de tous les jours. Plus de 30 recettes vous attendent dans ce livre pour découvrir les atouts des farines de patate douce, noix, chanvre, souchet, châtaigne, quinoa, sarrasin, sorgho, pois chiches...
Subjects:	Farine Allergie alimentaire
Classification:	641 Alimentation. Art culinaire. Conserves. Congélation. Recettes. Cocktails

More information

Author zone:	Valérie Cupillard ; Joelle Kanaan
Editor:	Vanves : La Plage, 2022
Reservations (actual):	0

Locatio n	Call number	Mark		Availabi lity	Circulat ion code	Due date	Item number	Reserva tions	Reserve
Mezzani ne	641	CUPI	availabl e	availabl e			42954	0	