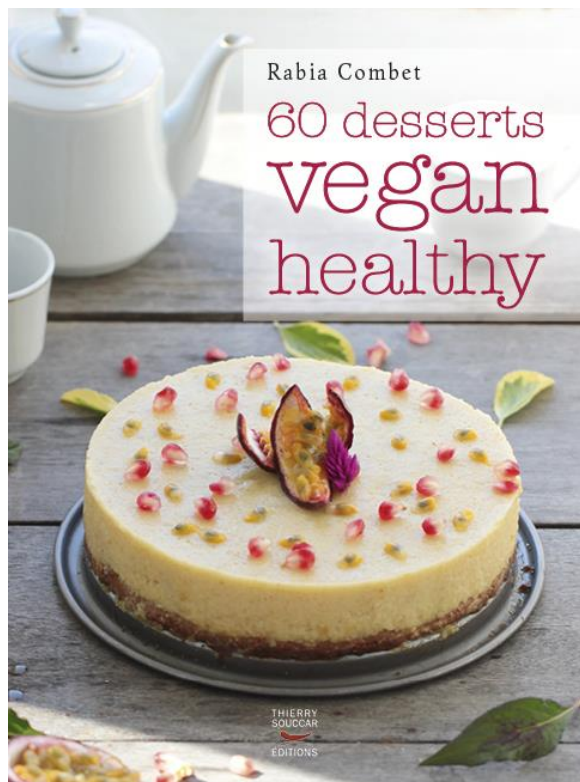


60 desserts vegan healthy

Des desserts gourmands, sains et éthiques



Classiques ou créatifs : 60 desserts qui font pétiller les papilles !

Remplacer le lait dans les desserts, c'est facile avec les laits végétaux. Mais par quoi remplacer les œufs, le beurre, la crème ? Rabia nous donne tous ses secrets pour adapter vos recettes préférées. Hypercréative, elle nous emmène aussi à la découverte de nouvelles textures et saveurs. **De quoi fondre de plaisir avec des desserts originaux.**

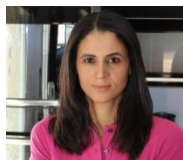
Tarte au citron meringuée, fingers briochés au chocolat, croissant marbré, madeleines à l'orange, cheesecake chocolat-cajou, panna cotta orange-abricot, bouchées chocolat-fruites rouges... **C'est gourmand, c'est sain, c'est léger... et c'est éthique.**

L'auteure nous explique comment préparer soi-même les substituts de base : crèmes, beurres et laits végétaux. Elle nous apprend aussi à manier une multitude d'ingrédients magiques : agar-agar, tofu, purées d'oléagineux !

Fidèle à elle-même, **Rabia a mis un point d'honneur à n'utiliser que des produits sains et bio** : farines non raffinées, graines, purées d'oléagineux, céréales, laits végétaux... Peu ou pas de sucre et de matières grasses ajoutés, à la place respectivement des fruits et des légumes (raisins secs, dattes, courge, courgette...). Et le résultat est bluffant !

60 desserts 100 % vegan 100 % healthy

À propos de l'auteure



Rabia Combet est créatrice, styliste et photographe culinaire. Elle partage sa passion pour une cuisine saine et gourmande sur son blog *La Ligne Gourmande*.

Contact Presse

Marine Gonzal
04 66 53 53 68
presse@thierrysouccar.com

60 desserts vegan healthy

Rabia Combet

Parution 26 janvier 2017

156 pages – Format 17 x 23 – 14.90 €

ISBN 978-2-36549-220-1