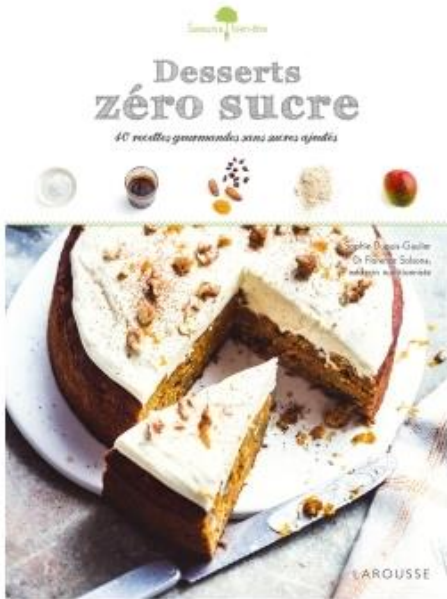


Desserts zéro sucre



Editeur:	Larousse
Nombre de pages:	96
ISBN:	2035924189
Collection:	Saveurs et bien-être
Auteur:	Sophie Dupuis-Gaulier
Date de parution:	09/03/2016
Catégorie:	Cuisine et vins

[Desserts zéro sucre.pdf](#)

[Desserts zéro sucre.epub](#)

La consommation excessive de sucre a de nombreuses répercussions sur notre santé : diabète, carie, surpoids, problème d'humeur, de sommeil... En diminuer sa consommation est bénéfique pour notre organisme et pour notre bien-être général. Découvrez 50 recettes de desserts sans sucre mais tout aussi gourmandes ! Glace minute aux fruits rouges Mini-chaussons aux pommes Moelleux chocolat pistache Tartelettes aux pommes et noix de pécan Cake aux poires Flans au café Gratin de fruits rouges Muffins noix et myrtilles Avec l'introduction d'une nutritionniste qui vous expliquera pourquoi et comment faire pour réduire le sucre et adopter les bons réflexes dans notre alimentation.