

# Notre aventure sans frigo... ou presque

**Auteur** Cochard, Marie ;  
Cochard, Olivier (Photographe) ;  
Roy, Julie (Préfacier, postfacier...)

**Titre** Notre aventure sans frigo... ou presque / Marie Cochard.

**Editeur** s.l. : Eyrolles , 2018.

**Résumé** Pour vous guider dans l'aventure, cet ouvrage vous propose des dizaines d'astuces et de conseils tirés d'autres cultures ou de traditions oubliées, qui vous aideront à modifier certaines habitudes de consommation. Vous y trouverez également de nombreuses recettes simples et succulentes, afin de bénéficier au mieux des nutriments et des vitamines de vos aliments. A défaut de vous passer complètement du frigo, vous pourrez opter pour une version , l'utiliser à meilleur escient et (re)découvrir la vraie saveur de vos denrées.

**Sujets** Aliments \*\* Conservation

Aliments \*\* Consommation

## Exemplaires

Support	Livre
Public	Adulte
Espace	Livres documentaires
Cote	641 COC
Disponibilité	disponible