

Collection CUISINE NATURE
Un autre éclairage sur les pouvoirs de la cuisine

Vive la cuisson à la vapeur, pour une cuisine toute en légèreté et en variété. Voilà ce qu'attendaient tant le Jules fâché avec les casseroles que la superwoman pressée. L'efficacité-vapeur, ça le fait...

Halte à la bouffe de zombie pour morts-vivants ! La cuisine ne se résume pas à des surgelés débarqués phosphorescents d'un micro-ondes. C'est un art qui touche à l'essence même de nos relations conviviales, au symbolique de notre rapport au monde. Source de vie, l'aliment lui-même est quelque chose de vivant. Il contient de la vie et ne peut être élaboré que dans un environnement vivant. On devrait s'interdire de le réduire à de la matière inerte, morte, minérale dont on se servirait comme d'une pièce détachée pour moteurs de camion. Parce que nous ne sommes pas des camions. Parce que la cuisine, c'est la partie visible d'un amour discret et enveloppant, une œuvre d'art à consommer tout de suite et une éducation à la vie qui tient au corps longtemps.

Ce tome est une réédition partielle de l'ancienne version 1996-2012, sous le même intitulé. Le reste des recettes (les céréales et les variations sur les légumes) se trouve dans « *Un Jules en cuisine végété* », dans la collection *Spécial Jules*.



Aux petits soins pour votre bien-être ?
Les livres de recettes de Taty Lauwers sont une synthèse de la méthode Kousmine et du régime crétois. Ils faciliteront la vie de toute personne soucieuse de retrouver le bon sens alimentaire et de mieux manger pour mieux vivre.



15,50 €
éditions Aladdin
www.cuisinenature.com
D2013/10532/09



éd. Aladdin

Cuisine Nature... à toute vapeur

8^e édition

TATY LAUWERS

TATY LAUWERS

CUISINE NATURE... à toute vapeur



*Plats légers cuits à la vapeur douce,
conçus pour les personnes pressées*