

Vient de paraître : septembre 2004

Desserts & pains sans gluten

Recettes de Valérie Cupillard

Photos de Philippe Barret et Myriam Gauthier-Moreau

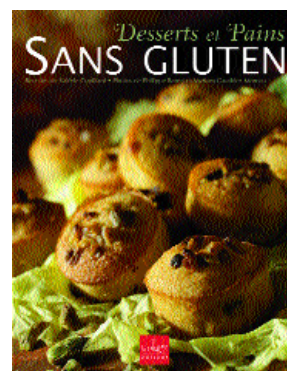
- Le régime sans gluten est proposé pour le traitement de la maladie cœliaque (intolérance au gluten due à une mauvaise absorption du gluten), en cas de simple allergie ou lors de régimes-santé spécifiques (régime hypotoxique du docteur Seignalet, enfants autistes...).
- Un régime sans gluten est bien souvent vécu comme une punition pour le malade et son entourage. Le gluten est partout, dans le pain, les gâteaux... dans de nombreux produits cuisinés... et les habitudes alimentaires doivent être complètement modifiées.
- Il s'agit de supprimer entre autres le blé, l'avoine, le seigle et l'orge. Il n'est pas rare que ce régime soit couplé à une suppression des produits laitiers, c'est pourquoi les recettes de ce livre sont sans caséine.
- L'idée de ce livre est d'apprendre à cuisiner autrement, en utilisant des ingrédients naturellement sans gluten (farine de riz, de châtaigne, quinoa, noix de coco, poudre d'amandes...) dans des recettes simples à réaliser.
- L'auteur propose plus de 80 recettes inédites : petits biscuits ou gros gâteaux, tartes, crumbles... brioches et petits pains, illustrées de façon gourmande par deux photographes culinaires. De quoi se faire plaisir, oublier l'aspect «régime» et se régaler aussi avec les yeux.
- Valérie Cupillard est l'auteur de *Sans gluten, naturellement* préfacé par le docteur Seignalet, et d'une dizaine d'ouvrages aux éditions La Plage.

ISBN 2-84221-133-2 - EAN 9782842211332

Prix public TTC : 25,00 €

144 pages - Format 22 x 28 cm - Reliure cartonnée - Tout quadri

Disponible en librairies et en magasins et coop bio



Pour toute information complémentaire :

Laurence Auger - Relations Presse - Editions La Plage • Rue du Parc • 34200 Sète
Tél. 04 67 53 42 25 • Fax 04 67 53 49 05
laurence@laplage.fr • www.laplage.fr