

NOUVELLE FLORE

GAPS™

FULL  
KETONE

RETOUR AU  
CALME

Atkins etc  
PALEONUTRITION

DIÈTE  
CÉTOGÈNE

DÉCROCHER DES SUCRES

L'ASSIETTE RESSOURÇANTE DE L'OMNIVORE

## Un nouveau cahier pratique par Taty Lauwers

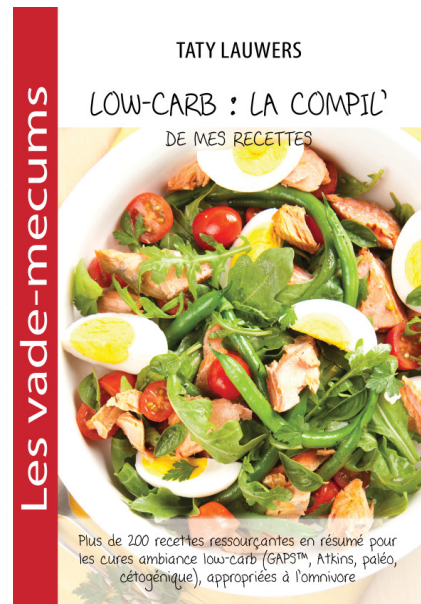


Vous souhaitez cuisiner des plats authentiques et traditionnels, avec des ingrédients classiques et bien connus en gastronomie française. Voici, enfin, un ensemble raisonnable et facile à l'emploi : plus de 200 recettes ressourçantes en résumé pour les cures ambiance low-carb, appropriées à l'omnivore et pour mener en rythme de croisière l'Assiette ressourçante de l'omnivore (les nourritures vraies), si incomparablement efficace pour le bien-être.

### LOW-CARB : LA COMPIL' DE MES RECETTES

*prix de lancement jusqu'au 31/1/2018 : 13.90 €*

Bientôt, en vente ici, l'équivalent pour les végétariens:  
*Ambiance végé, le best of de mes recettes ressourçantes*



éditions Aladdin, 140 pages, 15.50 €

Extraits sur [www.lowcarb-compil.com](http://www.lowcarb-compil.com) (bonus)