



Extract of Cuisinebiovege.be

<http://www.cuisinebiovege.be/spip.php?article11>

Article dans le journal La Capitale (14 octobre 2009)

- Articles dans les journaux -

Publication date: lundi 4 février 2013

Description:

Description de l'article paru dans le journal La Capitale (14 octobre 2009)

Copyright © Cuisinebiovege.be - Tous droits réservés

Copie de l'article publié dans le journal La Capitale (14 octobre 2009) :

Riz au curcuma sauté lentilles

Pour une meilleure santé, Christiane d'Auderghem met l'accent sur les légumes

La recette de la semaine



Pour une meilleure santé, Christiane d'Auderghem met l'accent sur les légumes. Elle insiste sur la qualité de la cuisine. Christiane, 45 ans, est une femme active et sportive. Elle aime cuisiner et partager ses recettes. Elle a écrit un livre de recettes intitulé "Cuisine saine et savoureuse". Elle a également écrit un livre de recettes intitulé "Cuisine saine et savoureuse". Elle a également écrit un livre de recettes intitulé "Cuisine saine et savoureuse".

Après avoir mangé les légumes crus, elle aime les cuire, les sautés, les faire mijoter. Elle aime les légumes crus, elle aime les cuire, les sautés, les faire mijoter. Elle aime les légumes crus, elle aime les cuire, les sautés, les faire mijoter.

Ce que nous en avons pensé

Cette recette est très intéressante. Elle est simple et rapide à préparer. Elle est également très saine et savoureuse. Elle est également très saine et savoureuse. Elle est également très saine et savoureuse.

PRÉPARER LES LENTILLES

1. Les lentilles sont à rincer soigneusement. 2. Les lentilles sont à rincer soigneusement. 3. Les lentilles sont à rincer soigneusement. 4. Les lentilles sont à rincer soigneusement.



Bonne lecture !!!