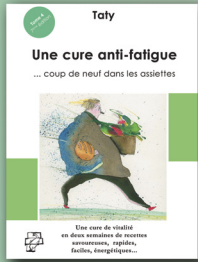




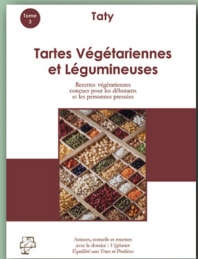
Passionnée par la bonne cuisine et la bonne santé, **Taty** décrit le genre de renaissance – même après un long parcours de mauvaise santé – qui peut être obtenue par une *Assiette Ressourçante*, en repensant en profondeur la nutrition et l'origine strictement naturelle des aliments.



Une Cure Antifatigue
Coup de neuf dans les assiettes. Des pistes pratiques pour une cure de jouvence de dix à quinze jours, en une version

accélérée de l'alimentation hypotoxique, de type Seignalet ou paléonutrition. Avec plein de recettes de cuisine nature savoureuses, rapides, faciles, hypotoxiques.
TOME 4. EAN 9782952033824 - 130 pages 17.50 €

Tartes Végétariennes et Légumineuses



La cuisine végétarienne en un clin d'œil. Astuces, recettes et conseils pour une cuisine végétarienne de débutant pressé (avec et sans gluten/laitage). *Végétarien équilibré sans trucs ni prothèses.*
TOME 3. EAN 9782952033848
174 pages 17.50 €



Mes Nerfs en Paix (les recettes)
Recettes ressourçantes pour des enfants plus sereins. Conseils, astuces et recettes classiques pour les *canaris de la modernité* (hyperactifs, polyallergiques, candidose).
TOME 9. EAN 9782875320124 - 169 p. 17.50 €



Germes de Gourmands
Graines germées en famille: le végétarisme idéal. Contient le dossier *Le Cru à Corps Perdu*.

TOME 8. EAN 9782952033862
148 p. 17.50 €



Mes Racines en Cuisine
Retour aux sources ou comment faire soi-même son pain, son beurre, son fromage... Recettes à l'ancienne facilitées par les connaissances modernes.

TOME 7. EAN 9782952033879 -
128 p. 17.50 €

Mes Recettes Antifatigue
Pour reprendre des forces : les cuissons à basse température (les hypocuissons).



TOME 6.
EAN 9782952033855
138 p. 17.50 €

Éd. Aladdin - collection Cuisine Nature
Un autre éclairage sur les pouvoirs de la cuisine
Tous les tomes de ces deux collections sont signés Taty.



Cuisine nature... à toute vapeur
101 recettes pour les débutants pressés. L'assiette Kousmine au quotidien ou comment cuisiner sainement sans y passer des heures. TOME 1. EAN 9782952033817 - 276 pages - Prix public ttc: 19.50 €



Petits déjeuners et Collations Nature.
La cuisine nature du matin en version individualisée. Principes, conseils, recettes avec et sans gluten/laitage.
TOME 2. EAN 9782952033831 - 180 p. 17.50 €

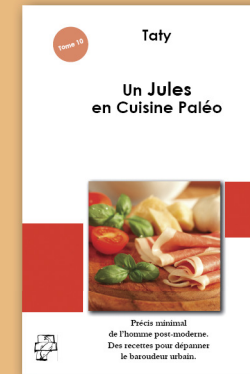


Fruits de la Vie
Le fast-food de la cuisine nature. Jus de légumes et de fruits, smoothies, sorbets, beurres de noix, caviars végétaux. TOME 7. EAN 9782952033800
120 p. ill. couleur - 17.50 €



Desserts Ressourçants en Famille
Recettes classiques de gâteaux, de biscuits, de crêpes glacées conçues pour les enfants nerveux à table...
Desserts Ressourçants en Famille
Recettes classiques revisitées pour apaiser les enfants nerveux
Astuces, conseils et recettes pour les débutants en cuisine pâtissière ressourçante
Tome 11. EAN 9782875320131

NOUVEAUTÉS



Guide minimal du Jules en paléo : recettes pour dépanner le baroudeur urbain
Tome 10. EAN 9782875320117



Recettes ressourçantes et réchauffantes en cocotte, à l'étouffée, au wok.
Tome 12. EAN 9782875320070

prévu 2013