



[www.cuisinenature.com](http://www.cuisinenature.com)

## DISTRIBUTION

certaines magasins bio (liste sur le site ci-dessus)  
et [www.greenshop.be](http://www.greenshop.be)

Infos chez Aladdin, 11 allée du Mont Cheval, BE-1400 Nivelles

Illu de couverture: T. Lauwers.

EAN 9782952033831 - D2010-10532-01

© Taty Lauwers 2005-2009, version 11/12.17

Tous droits de reproduction, par quelque procédé que ce soit, d'adaptation ou de traduction, sont réservés pour tous pays.

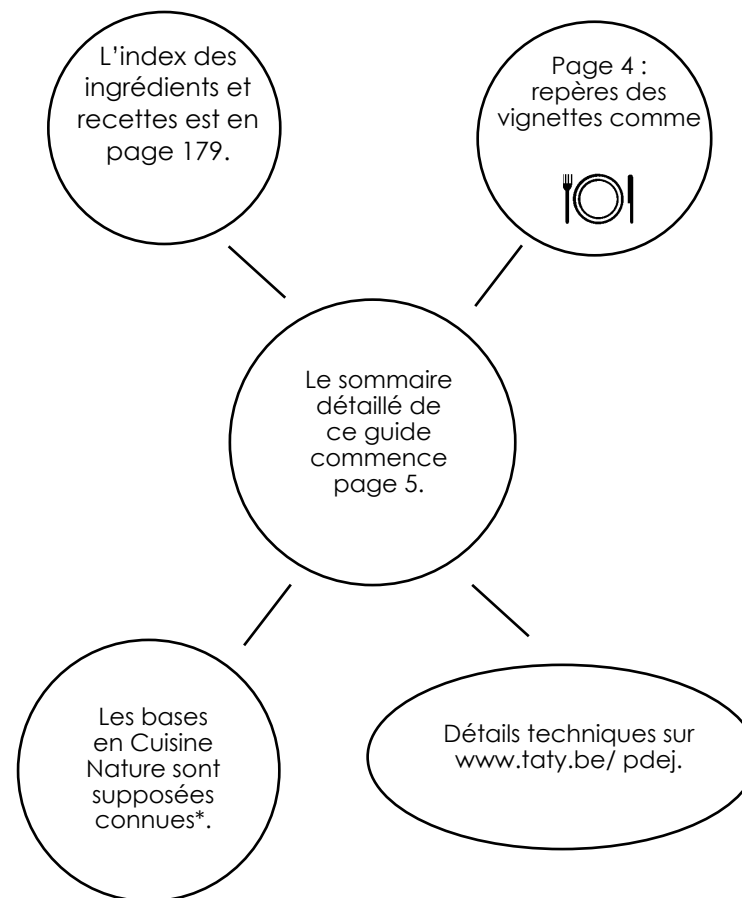
**Le photocopillage tue le livre.**

Les autres tomes de recettes pratiques de la collection *Cuisine Nature*, par Taty, parus à ce jour chez **ALADDIN** - [www.cuisinenature.com](http://www.cuisinenature.com) :  
*Cuisine Nature à Toute Vapeur* - *Tartes Végétariennes et Légumineuses* -  
*Une Cure Antifatigue* - *Mes Recettes Antifatigue* - *Fruits de la Vie* -  
*Germes de Gourmands* - *Mes Racines en Cuisine* - *Mes Nerfs en Paix : les recettes* - *Un Jules en Cuisine Nature* - *Desserts en Famille*  
A paraître courant 2010-2011: *Petits Plats d'Hiver*.

Les autres tomes de la collection *Les Topos* ([www.lestoposdetaty.com](http://www.lestoposdetaty.com); ouvrages plus théoriques sur la nutrition) parus à ce jour chez **ALADDIN**:  
*Nourritures Vraies* - *Mon Assiette en Équilibre* - *Qui a Peur du Grand Méchant Lait?* - *Du Gaz dans les Neurones* - *Cinglés de Sucres* - *Gloutons de Gluten* -  
*Pour qui Sonne le Gras* - *Quand j'étais Vieille* - *Canaris de la Modernité*.

A paraître courant 2012: *Guérissez-vous des Régimes - Enfin d'Accord !*

## Itinéraire pour Antoinette la distraite



\* résumées page 13, exposées en pratique dans *Cuisine Nature... à Toute Vapeur*, (tome 1 de la collection) et dans tous les livres de la collection *Les Topos de Taty*.