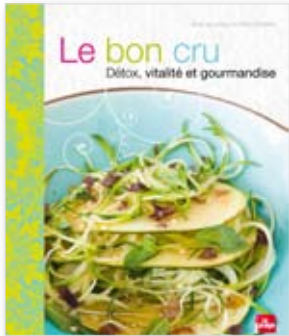


## Cuisine Bio

**Le bon cru déttox, vitalité, gourmandise**

Helen Poolman - photographies Anne de Leeuws

Disponible le 8 mars 2010

- Toutes les techniques du cru (presser, déshydrater, faire germer...) savoureusement mises en images dans des recettes créatives et gourmandes.
- Smoothies verts, crackers aux graines de courges crues, salades de jeunes pousses... sans cuisson les nutriments et les saveurs restent intacts !

22 x 25,5 cm - 19,90 € - 120 pages - ISBN 978 2 84221 224 7 - nombreuses photographies

**Curcuma en cuisine**

Garance Leureux - photographies Fabrice Subiros, Styliste Emmanuel Renault

Disponible le 22 mars 2010

- En première partie conseils et astuces pour utiliser le curcuma (poudre et racine) au quotidien en préparant des condiments, des huiles, des sauces...
- Une vingtaine de recettes joliment illustrées pour cuisiner, de l'entrée au dessert, le curcuma et les ingrédients santé à découvrir (sirop d'agave, graines de lin, gingembre...)

16 x 22 cm - 9,90 € - 72 pages - ISBN 978 2 84221 223-0

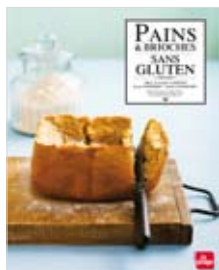
**Algues saveurs marines à cuisiner**

Anne Brunner - photographies Myriam Gauthier-Moreau

Disponible le 8 avril 2010

- Une présentation très illustrée des algues disponibles aujourd'hui (laitue de mer, nori, arame, dulse, kombu, agar-agar...), leur mode de récolte ou de culture, leurs bienfaits, etc.
- 39 recettes pour cuisiner les algues sèches, fraîches, les algues lactofermentées, en paillettes ou en feuilles.

22 x 25,5 cm - 19,90 € - 100 pages - ISBN 978 2 84221 211 7 - nombreuses photographies

**Pains et brioches sans gluten**

Alice et Laure Laffont, Jean Pommier et Annie Rapaport. Photographies Eric Fénot, stylisme Delphine Brunet

Disponible le 8 avril 2010

- 21 recettes de pains et brioches utilisant des ingrédients naturellement sans gluten : Pain à la farine de riz et de quinoa, Pain aux farines de lentille et de châtaigne... réalisés avec ou sans machine à pain, au four ou en cocotte.

16 x 22 cm - 9,90 € - 72 pages - ISBN 978 2 84221 213-1

**Croquez salé !**

Clea - photographies Eric Fénot, stylisme Delphine Brunet

Disponible le 11 mai 2010

- Recettes de gressins, bretzels, crackers, biscuits au fromage ou aux oléagineux, « super biscuits » avec « superaliments » (levure maltée, spiruline, goji, algues...), biscuits fourrés...

- Apéritif, goûter des enfants, en-cas...

16 x 22 cm - 9,90 € - 72 pages - ISBN 978 2 84221 222-3



## Secrets d'endurance

### Barres et boissons énergétiques faites maison

Kecily et Kristof Berg - Photographies de Eric Fénot, Stylisme Delphine Brunet

Disponible le 2 juin 2010

- Barres sportives, balles énergétiques, biscuits de récupération, boisson de l'effort, gels énergétiques... : comment les fabriquer à la maison en utilisant des super aliments sains et bio.
- une trentaine de recettes testées et élaborées par un couple de jeunes marathoniens fondus de cuisine végétale !

16 x 22 cm - 9,90 € - 72 pages - ISBN 978 2 84221 227-8



## L'Atelier des bonbons bio

Texte et photographies de Linda Louis

Disponible le 9 juin 2010

- Les bonbons sont majoritairement chimiques, bourrés d'additifs et de conservateurs. Pourquoi ne pas fabriquer avec nos enfants nos propres bonbons bio ? en utilisant des colorants naturels (jus de betterave, de pruneau), des arômes naturels (huiles essentielles), des ingrédients naturels (agar agar, fleurs, propolis, thé matcha...)
- Recettes pas à pas pour fabriquer guimauve, pâtes de fruits, sucettes, nougats, roudoudous...

16 x 22 cm - 9,90 € - 72 pages - ISBN 978 2 84221 226-1



## Glaces et sorbets bio

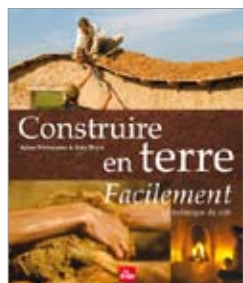
Marie Chioca - photographies de Fabrice Subiros, stylisme Geneviève Péron

Disponible le 9 juin 2010

- Une trentaine de desserts glacés et de sorbets mettant à l'honneur laits végétaux, crèmes d'oléagineux, fruits crus ou sucres « alternatifs »...

16 x 22 cm - 9,90 € - 72 pages - ISBN 978 2 84221 228-5

## Collection Eco-logis



## Construire en terre facilement

Adam Weismann et Katy Bryce - Préface Yvan Saint-Jours

Disponible le 2 mars 2010

- Les auteurs expliquent de façon simple, concrète, comment construire en terre, monter un mur, fabriquer une cheminée, un banc, un four à pain...
- La technique du nouveau cob (terre + paille + sable), une technique ancienne au goût du jour pour une maison écologique énergétiquement efficace et belle.

22 x 25,5 cm - 29,90 € - 252 pages - ISBN 978 2 84221 216 2 - nombreuses photos et dessins

## Parents-enfants



## Peintures végétales avec les enfants

Helena Arendt

Disponible le 11 mai 2010

- Fabriquer ses teintures et ses peintures 100 % bio : avec des épices, des fleurs, des légumes, des fruits...
- L'auteur aborde en images les différents supports (papier, bois, pâte à sel...), la fabrication de pinceaux, la peinture corporelle...

23,5 x 26 cm - 19,90 € - 160 pages - ISBN 978 2 84221 225 4



## Léa et le chat yogi, initier ses enfants au yoga

Ursula Karven

Disponible le 8 mars 2010

- Nouvelle édition, nouvelle couverture pour cet album pour enfant contenant 14 postures de yoga détaillées et un poster.

21 x 25 cm - 14,90 € - 48 pages - ISBN 978 2 84221 221 6