

Cuisiner en couleurs

Créer des colorants 100% naturels

Sandrine Costantino

Contact presse

Jessica Pellier-Cuit
Tél. : 01 85 09 79 75
presse@laplage.fr

En librairie le 12 janvier 2017

Colorants : le truc en plus

Les colorants alimentaires, à leur place dans nos cuisines bio ? Ils ont traditionnellement mauvaise presse, à juste titre : provenance discutable (foie de porc, huile de palme...), risques pour la santé...

Pourtant, la pâtisserie moderne et la cuisine d'aujourd'hui se déclinent en couleur : macarons, pâtes fraîches, gâteau arc-en-ciel... Il était temps de proposer une alternative vegan et santé à la préparation de ces plats ludiques et réjouissants.

Le livre

Le premier guide pratique pour apprendre à fabriquer ses propres colorants alimentaires 100% naturels et vegan, à base d'ingrédients bénéfiques pour la santé. Très complet, il propose un cahier technique par couleur et selon les saisons : en poudre ou liquide, à base de fruits, légumes, épices, fleurs... Toutes les techniques sont détaillées pas à pas.

Risotto indigo, macarons en nuances de rose, sablés carbonado : découvrez 25 recettes multicolores et originales pour un goûter d'anniversaire orange et violet, un très chic apéro dînatoire tout en noir, ou tout simplement mettre un peu de fantaisie dans le quotidien.



Cuisiner en couleurs

Créer des colorants 100% naturels

Textes : Sandrine Costantino
Photographies : Marie Laforêt

Prix public : 13,50 €
72 pages
Format : 16 x 22 cm
ISBN : 978-2-84221-509-5

L'auteure

Professeure agrégée de biochimie et docteure en biologie, Sandrine Costantino aime comprendre ce qui l'entoure, surtout quand cela concerne la nourriture. Son jeu favori : créer des recettes en enlevant tel ou tel ingrédient, avec toujours en vue la simplicité et le respect de l'environnement. Fondatrice du concours culinaire « Saveurs durables » elle partage ses recettes et quelques réflexions sur son engagement vegan sur son blog, Végébon.

