

Vient de paraître en librairie

## VOTRE THERMO CUISEUR EN MODE VEGAN

Profitez de votre thermo cuiseur pour vous lancer facilement dans la cuisine vegan !

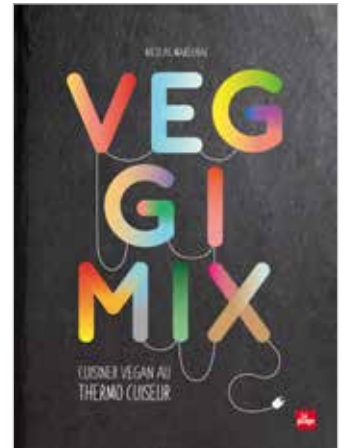
Nicolas Maréchal, un père de famille actif et créatif, a exploré les multiples possibilités des trois plus célèbres robots cuiseurs disponibles sur le marché (Companion, Thermomix et Cookexpert). Il en a tiré une trentaine de recettes emblématiques de la cuisine vegan. Des boulettes veggie au fromage végétal la cuisine vegan n'a jamais été si abordable par tous.

## LE LIVRE

*Confort food* (des plats roboratifs et réconfortants), *healthy food* (pour ceux qui soignent leur ligne et leur forme), fromage et dessert... voici une trentaine de recettes qui se font (presque) toutes seules au robot cuiseur.

Nicolas Maréchal propose des plats à élaborer en moins de 10 minutes (tartines, tofromage...) comme des standards de la cuisine vegan qui nécessitent une petite heure d'anticipation (seitan maison, lentilles à la toulousaine...).

Bienvenue dans la cuisine d'un papa VG qui aime se régaler sans passer des heures en cuisine !



**VEGGIMIX**  
CUISINER VEGAN AU  
THERMO CUISEUR  
Nicolas Maréchal

Photographies de  
Angélique Roussel

72 pages - 16 x 22 cm

Prix public 9,95 €

ISBN 978-2-84221-639-9

Vient de paraître en librairie



## L'AUTEUR

Végétarien devenu vegan après la naissance de sa fille, Nicolas Maréchal est un père actif et comblé. Partisan d'une cuisine facile et à la portée de tous, la cuisine au robot cuiseur est pour lui une façon de régaler toute la famille sans passer deux heures en cuisine.