



## **Quinoa, boulgour et autres céréales**

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Quinoa, boulgour et autres céréales

*Valéry Drouet, Pierre-Louis VIEL*

**Quinoa, boulgour et autres céréales** Valéry Drouet, Pierre-Louis VIEL

 [Télécharger Quinoa, boulgour et autres céréales ...pdf](#)

 [Lire en ligne Quinoa, boulgour et autres céréales ...pdf](#)

96 pages

Présentation de l'éditeur

Découvrir et savoir cuisiner le quinoa, une graine aux multiples vertus, ainsi que les céréales, boulghour, épeautre, Kamut, sarrasin, orge ou avoine.

**Pour grignoter à l'apéro :** gressins à la farine d'épeautre, sablés au parmesan...**En entrée :** mini-concombre farci au quinoa, crabe et graines de courge, makis de chèvre frais et saumon fumé au quinoa...**Plats à la viande et à la volaille :** blancs de volaille panés au quinoa grillé, courgettes farcies au bœuf, au boulghour et aux herbes**Plats au poisson et aux fruits de mer :** gratin de potiron et de quinoa au saumon frais, encornets farcis à l'épeautre et à la courgette...**Plats végétariens :** taboulé de boulghour aux raisins secs, tomates et pignons, salade de quinoa au melon, feta, menthe et amandes grillées.**Accompagnements :** risotto de quinoa aux champignons noirs, pilaf d'orge aux petits légumes et au curcuma...**Douceurs :** petits sablés de sarrasin au citron, millet aux dattes moelleuses et à l'eau de rose, barres aux céréales maison...

Avec une introduction signée par le dr Florence Guillem-Solsona. Biographie de l'auteur

**Ma définition de la cuisine...** Passion et improvisation pour des mélanges inattendus... le résultat visuel est très important car on déguste toujours avec les yeux en premier...

**Ma passion pour la cuisine...** Dès l'âge de 12-13 ans, j'adorais envahir la cuisine le mercredi pour réaliser des expériences... surtout en pâtisserie ! Puis à 14 ans, j'ai décidé de faire l'école hôtelière, jusqu'à 17 ans où j'ai commencé à travailler dans des restaurants gastronomiques à Paris, Londres, Beaulieu-sur-Mer, Rouen. **Mon métier de styliste culinaire...** Je travaillais dans le restaurant d'un grand studio de photo à Paris, car j'avais envie de devenir styliste culinaire, et par là-même devenir auteur de livres de cuisine pour partager mes recettes. J'ai alors rencontré Pierre-Louis Viel, un photographe avec qui j'ai fait mes premiers pas de styliste culinaire, sans formation particulière avec pour seul objectif de réussir pour le mieux. J'ai travaillé pour la presse, dans un premier temps, puis ensuite pour l'édition, avec Larousse entre autres, qui me fait maintenant confiance et me laisse réaliser de jolis livres : *Étonnamment facile*, aux recettes surprenantes et simples à la fois, *Tians et gratins*, avec ces recettes chaleureuses que l'on aime déguster entre amis ou en famille et *Tendres et rigolotes charlottes !* pour les souvenirs d'enfants où la charlotte était le dessert du dimanche, ici revisitée dans des recettes originales.

**Mes ingrédients préférés au quotidien...** J'adore la cuisine sucré-salé avec du miel et des épices ; dans un esprit plus franco-français, j'aime beaucoup l'huile d'olive : je cuisine et assaisonne tout avec elle !

**Mes « trucs » pour réussir une recette...** Avoir envie de se faire plaisir et envie de faire plaisir à ceux que l'on va servir, ça marche toujours !

**Un repas pour épater mes amis...** Je leur cuisine souvent un poisson en sauce avec des mélanges de goût asiatique et toujours un très bon dessert, c'est ce dont ils se souviennent le plus.

**L'instrument de cuisine dont je ne peux pas me passer...** La mandoline, un outil professionnel formidable qui permet de tailler les légumes en différentes forme fines, régulières et avec une rapidité redoutable. Elle est toujours à portée de main dans ma cuisine.

**Un blog ?** Je n'ai malheureusement pas le temps de tenir de blog ou de site. J'y pense mais il faudrait que je le fasse la nuit !

est photographe spécialisé dans les sujets culinaires. Il a réalisé de nombreux clichés pour des magazines prestigieux ainsi que pour plusieurs ouvrages de cuisine, notamment aux éditions Larousse

Download and Read Online **Quinoa, boulghour et autres céréales Valéry Drouet, Pierre-Louis VIEL**

#ZH4E9WO7L06

Lire Quinoa, boulgour et autres céréales par Valéry Drouet, Pierre-Louis VIEL pour ebook en ligne Quinoa, boulgour et autres céréales par Valéry Drouet, Pierre-Louis VIEL Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Quinoa, boulgour et autres céréales par Valéry Drouet, Pierre-Louis VIEL à lire en ligne. Online Quinoa, boulgour et autres céréales par Valéry Drouet, Pierre-Louis VIEL ebook Téléchargement PDF Quinoa, boulgour et autres céréales par Valéry Drouet, Pierre-Louis VIEL Doc Quinoa, boulgour et autres céréales par Valéry Drouet, Pierre-Louis VIEL Mobipocket Quinoa, boulgour et autres céréales par Valéry Drouet, Pierre-Louis VIEL EPub  
**ZH4E9WO7L06ZH4E9WO7L06ZH4E9WO7L06**