



**Simple, rapide & gourmand !**



**sans lactose | sans œuf | sans sucre raffiné | sans amande  
sans viande | sans poisson**

# **20 RECETTES INÉDITES SUCRÉES & SALÉES + CONSEILS ET ASTUCES ALIMENTS**

**Des recettes testées et approuvées qui ont régalé plus d'une papille !**



**PAR CAROLINE MIDOUN  
DU BLOG CUISINENATURELLE.COM**