

# **Devenir végétarien sans en faire tout un plat ...: Accompagné de 240 recettes sans viande d'Alexandre Dumas (French Edition)**

Devenir végétarien, sans en faire tout un plat : c'est en quelques mots l'esprit et la méthode simple de cet ebook. Car si vous souhaitez devenir végétarien, il faut tout simplement le faire, sans se prendre la tête n'y se créer des maux de l'estomac. Au final rien n'est plus facile – ce n'est pas là tâche d'Hercule comme cesser le tabagisme, parole de fumeur ! – et si parfois vous craquerez tôt ou tard devant un steak... mangez-le, vous n'en mourrez pas et pourrez toujours dire que cela était à cause des frites !

Car rien n'est plus indigeste que les végétariens ou végétaliens sectaires – comme tous les sectaires – qui font de ce mode de nutrition, de cette façon de vivre, tout une chapelle dans laquelle aucun autre office ne serait admis autre que celui de la parole unique du végétarisme hissé comme une stèle digne des dix commandements ; belle façon d'enquiquiner le monde.

Nous pouvons devenir végétarien, non pas parce que nous avons cessé d'aimer la viande, mais tout simplement parce que nous ne voulons plus manger les animaux... mangerions-nous nos amis chiens et chats ?

Le reste, les discours militants, et les jugements lapidaires, ne sont pas forcément faux, mais ne sont pas forcément non plus l'utile moteur de notre décision.

Si vous sautez le pas il vous suffira néanmoins de changer quelques ingrédients de base : le pain blanc par le pain complet, le sucre blanc par le sucre de canne, d'acheter autant que possible des légumes et des céréales de qualité, et de ne pas hésiter à saupoudrer vos potages et vos salades de levure de bière, ce qui est d'ailleurs absolument délicieux.

Et si au final le bon goût de pâté de foie vous manque, il existe des pâtés végétariens qui ne sont pas loin d'avoir la même saveur.

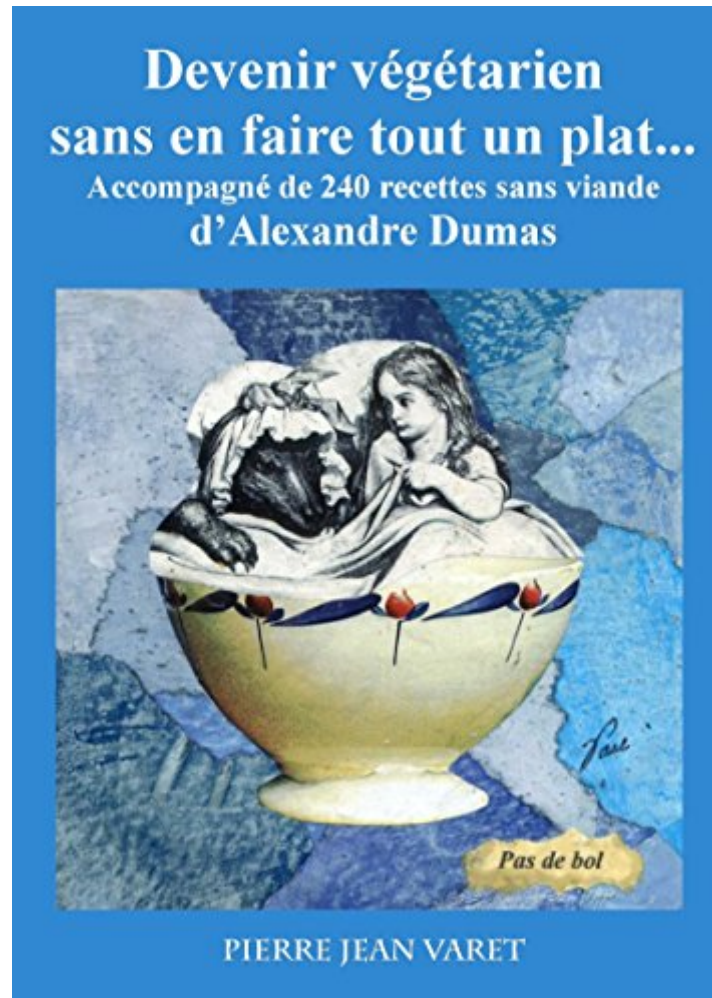
Sans entrer dans le commercial bio, bio ceci, bio cela, il vous faudra devenir plus attentif à la qualité de votre nourriture.

Mais végétarien ce n'est pas être végétalien : il vous reste le lait, le beurre, le fromage, le miel, les œufs... de quoi imaginer des milliers de plats succulents.

Et pour cela j'ai appelé un grand gastronome à la rescousse : Alexandre Dumas lui-même, auteur d'un mémorable dictionnaire de la cuisine. Bien que cet illustre écrivain ne dédaignât aucunement la chaire, il ne négligeait pas non plus les légumes et les céréales : ses 240 recettes végétariennes puisque sans viande – vous le prouveront !

Bon appétit !

Devenir végétarien sans en faire tout un plat ...: Accompagné de 240 recettes sans viande d'Alexandre Dumas (French Edition) por Alexandre Dumas fue vendido por £2.49 cada copia. El libro publicado por Editions P.J Varet.. Regístrese ahora para tener acceso a miles de libros disponibles para su descarga gratuita. El registro fue libre.



- Titulo del libro : Devenir végétarien sans en faire tout un plat ...: Accompagné de 240 recettes sans viande d'Alexandre Dumas (French Edition)
- Fecha de lanzamiento: August 26, 2015
- Autor: Alexandre Dumas
- Editor: Editions P.J Varet

Debido a un problema de derechos de autor, debes leer Devenir végétarien sans en faire tout un plat ...: Accompagné de 240 recettes sans viande d'Alexandre Dumas (French Edition) en línea. Puedes leer Devenir végétarien sans en faire tout un plat ...: Accompagné de 240 recettes sans viande d'Alexandre Dumas (French Edition) en línea usando el botón a continuación.

LEER ON-LINE

