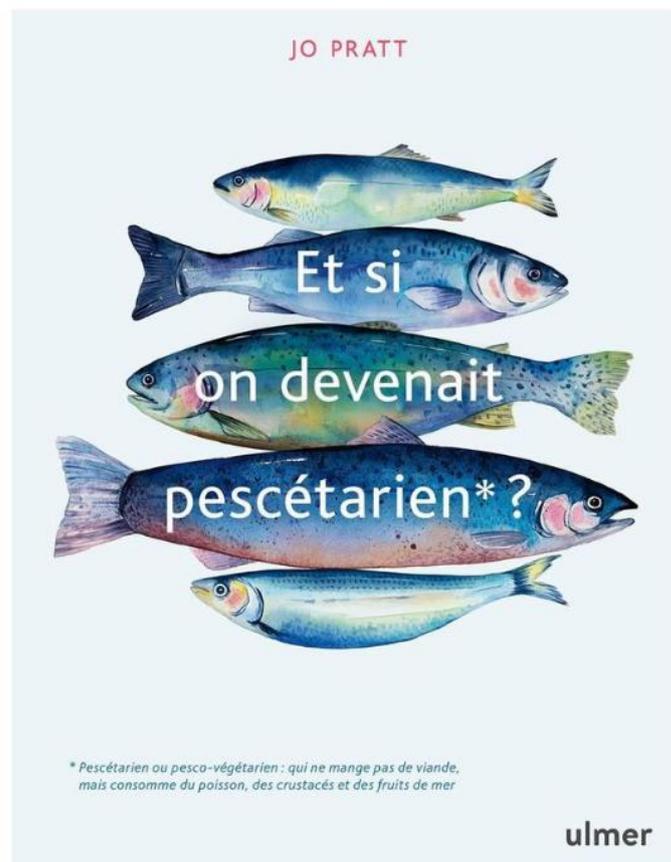


Date : 03.03.2020

Titre : To do eat de mars : faire la part belle au végétal, célébrer les cheffes, croquer solidaire...

Lien : <https://www.elle.fr/Elle-a-Table/Les-dossiers-de-la-redaction/Dossier-de-la-redac/To-do-eat-mars#On-cuisine-le-poisson>

ON CUISINE LE POISSON



© Presse

Souvent, le poisson manque à tort dans notre alimentation. Pourtant source d'oméga-3 - grâce notamment aux poissons gras - voici un nouveau livre (sortie le 26 mars) qui met la mer à l'honneur « Et si on devenait pescétarien ? ». Associé aux légumes, le poisson se réinvente grâce aux 70 recettes proposées dans cet ouvrage, imaginées par Jo Pratt, cuisinière, styliste culinaire, présentatrice TV en Angleterre, et autrice de livres de cuisine. Simple et gourmand, le poisson a encore une fois tout bon.

Et si on devenait pescétarien ?, Jo Pratt, éd. Ulmer, 25€

www.editions-ulmer.fr