

Le livre de cuisine des amis des animaux

Vers la nature

Extrait de la préface : « Avez-vous déjà réfléchi au fait de ne plus consommer de viande ? On entend souvent cette réflexion : « Un repas sans viande, ce n'est pas un vrai repas ! » Faux ! Il existe en effet une alternative intéressante et convaincante comme le prouvent les recettes contenues dans le livre de cuisine des amis des animaux. Un plat savoureux n'est pas forcément compliqué et ne demande pas inévitablement de grands efforts comme en témoigne ce livre. Les recettes présentées ici se prêtent à d'innombrables variations et offrent un grand espace à notre créativité et à nos goûts personnels, ainsi cuisiner devient un véritable plaisir ! De plus, ces recettes ne sont pas seulement salutaires pour vous et pour ceux que vous aimez, elles le sont également pour les animaux. »