



# Je crée mes cadeaux gourmands

Offrir de **délicieux cadeaux faits maison**, c'est présenter la bio de façon gourmande, simple, ludique et festive, tout en restant fidèle aux règles d'une alimentation saine, à base de sucres naturels, purées d'oléagineux, crèmes végétales, chocolats de qualité, huiles essentielles, fruits secs...

Découvrez **55 recettes à réaliser au fil des saisons** : chocolats bio, spéculoos d'épeautre, sirops d'été, cookies au thym et aux olives noires, pâtes à tartiner... **Avec en prime de jolies idées déco** pour présenter ces gourmandises !

Faire plaisir autour de soi en proposant un style de vie **plus écologique et plus sain**, c'est joindre l'utile à l'agréable !

Depuis 30 ans, la Scop Terre vivante édite des livres d'écologie pratique, ainsi que le magazine *Les 4 Saisons du jardin bio*. Terre vivante a également ouvert un Centre écologique en Isère proposant des stages pratiques.

[www.terrevivante.org](http://www.terrevivante.org)

ISBN : 978-2-36098-078-9  
Prix : 12 €



9 782360 980789

Le geste  en images !

**M**arie Chioca est auteure, créatrice et photographe culinaire. Elle partage sa passion pour une cuisine bio, saine et gourmande à travers plusieurs ouvrages et son blog « Saines Gourmandises ».

**D**elphine Paslin, passionnée de cuisine et de photo, anime le blog « Le plaisir des mets », où elle aime partager au fil des jours et au gré des saisons le plaisir du "fait maison" et d'une cuisine simple, naturelle et savoureuse.