



## L'ENDIVE, DELICIEUSE ET SAVOUREUSE

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# L'ENDIVE, DELICIEUSE ET SAVOUREUSE

*SOPHIE VALLOTTON*

L'ENDIVE, DELICIEUSE ET SAVOUREUSE SOPHIE VALLOTTON

 [Télécharger L'ENDIVE, DELICIEUSE ET SAVOUREUSE ...pdf](#)

 [Lire en ligne L'ENDIVE, DELICIEUSE ET SAVOUREUSE ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne L'ENDIVE, DELICIEUSE ET SAVOUREUSE SOPHIE VALLOTTON

---

72 pages

Extrait

L'ENDIVE - UNE DIVA ?

L'endive est la salade d'hiver la plus appréciée en Suisse. Simple et rapide à l'emploi, elle se déguste aussi bien crue que cuite.

Cet ouvrage est une compilation de recettes faciles et goûteuses qui vous permettront d'apprécier ce légume sous ses multiples facettes et qualités et sans doute de surmonter certains préjugés.

L'endive mérite d'être dégustée seule pour ses qualités et vertus diététiques ou encore pour accompagner et valoriser vos mets.

Décorative et savoureuse telle une diva, elle saura vous séduire, vous surprendre et vous apprivoiser.

Les recettes qui sont présentées dans ce recueil proviennent de grands chefs de table, d'amateurs éclairés et passionnés qui transcendent les frontières et les cuisines, même les plus exotiques !

Je suis convaincue que cet ouvrage saura vous donner l'envie d'endives et vous souhaite d'ores et déjà un bon appétit !

Sophie Vallotton

\*

### LE CYCLE DE L'ENDIVE - DE LA GRAINE À L'EMBALLAGE

L'endive est une culture bisannuelle, c'est-à-dire que son cycle naturel se développe sur deux ans.

La graine est semée au mois de mai et la racine récoltée en automne, entre les mois de septembre et décembre, suivant la météo, chez les agriculteurs de la région qui cultivent les racines. Pendant la récolte des racines, le feuillage vert est coupé au moment de l'arrachage à deux centimètres du collet, afin de garder le bourgeon qui deviendra plus tard l'endive.

Ces racines sont ensuite acheminées vers l'une des quatre forceries (productions d'endives) de Suisse romande. Présentation de l'éditeur

Légume léger par excellence, très riche en vitamines et pauvre en calories, l'endive est précieuse dans le contexte d'une alimentation saine et équilibrée.

Sa culture suit un étonnant parcours; des semis à son conditionnement, vous apprendrez comment on la prépare à devenir grande.

Consommée crue ou cuite, en salade, en clips, en gratin, au jambon ou à la béchamel, braisée à la poêle, voire même préparée en soupe, l'endive est «le» légume à déguster sous toutes ces formes.

A travers ce livre illustré, vous découvrirez tout en couleurs les nombreuses façons de la savourer.

Biographie de l'auteur

Sophie Vallotton est agente de marketing pour quatre producteurs d'endives qui se sont regroupés en 1997 sous le nom d'UNIVERT. Leur priorité a été de commercialiser ensemble leurs produits, de décider ensemble des volumes de production et de se regrouper sous une même marque.

Download and Read Online L'ENDIVE, DELICIEUSE ET SAVOUREUSE SOPHIE VALLOTTON

#D803QKF5EHV

Lire L'ENDIVE, DELICIEUSE ET SAVOUREUSE par SOPHIE VALLOTTON pour ebook en ligneL'ENDIVE, DELICIEUSE ET SAVOUREUSE par SOPHIE VALLOTTON Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres L'ENDIVE, DELICIEUSE ET SAVOUREUSE par SOPHIE VALLOTTON à lire en ligne.Online L'ENDIVE, DELICIEUSE ET SAVOUREUSE par SOPHIE VALLOTTON ebook Téléchargement PDFL'ENDIVE, DELICIEUSE ET SAVOUREUSE par SOPHIE VALLOTTON DocL'ENDIVE, DELICIEUSE ET SAVOUREUSE par SOPHIE VALLOTTON MobipocketL'ENDIVE, DELICIEUSE ET SAVOUREUSE par SOPHIE VALLOTTON EPub

**D803QKF5EHVD803QKF5EHVD803QKF5EHV**