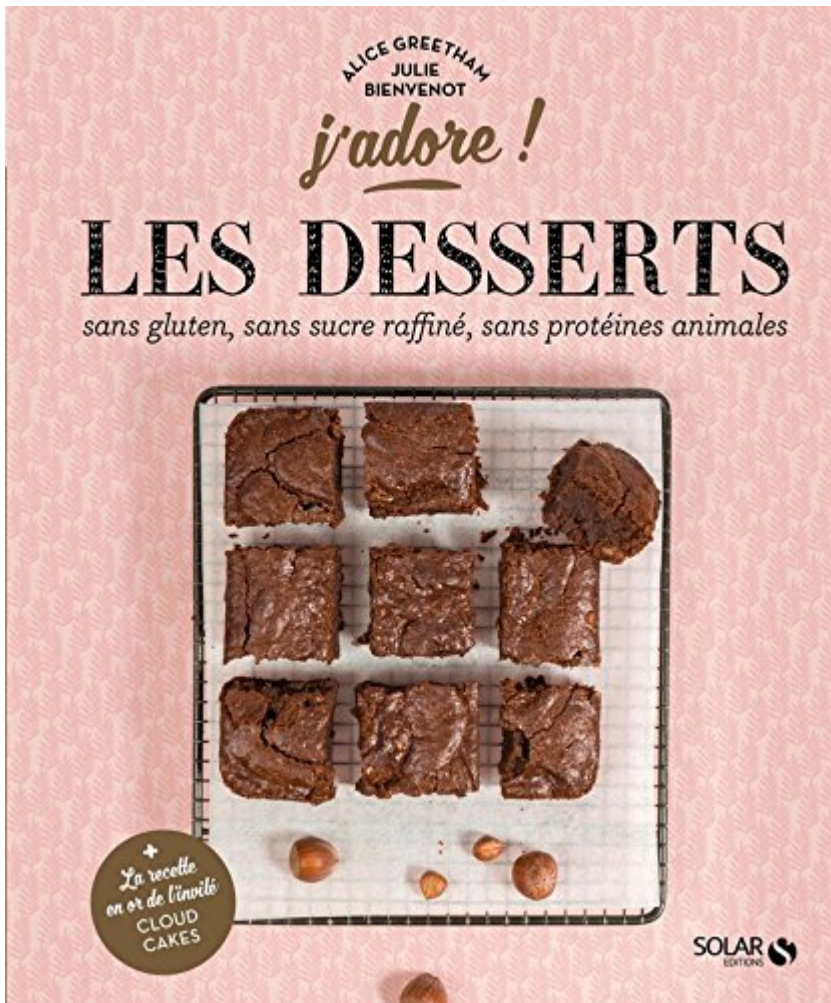


Les desserts vegan sans gluten et sans sucre raffiné

31 recettes végétales, sans gluten ni sucre raffiné, accessibles aux débutants, aux confirmés et aux grands gourmands, végétaliens ou non, intolérants au gluten ou non.

Il m'aura fallu un peu de temps pour publier en version papier, mais maintenant que j'ai commencé, on ne peut plus m'arrêter ! Car après vous avoir livré [mes conseils pour cuisiner végétal et sans gluten au quotidien](#), avec une introduction documentée et fournie illustrée avec 40 recettes salées et sucrées, je signe un second ouvrage intitulé "[Les desserts sans gluten, sans protéines animales, sans sucre raffiné](#)".



Après les éditions L'Âge d'Homme, c'est au tour de Solar de m'accorder sa confiance et j'en suis émue. C'est que, comme ["Carnet de recettes bio, végétales et sans gluten"](#), ["Les desserts sans"](#) est le début d'une belle aventure. Avec la maison d'édition d'une part, mais aussi avec mon amie Julie. Je ne vous présente plus Julie, l'auteure du blog [Jujube en Cuisine](#), photographe et styliste culinaire de talent, si ? Si au quotidien on collabore sur [Vegemiam.fr](#) et désormais sur des livres de recettes, on est avant tout de grandes copines.



J'ai rencontré Jujube grâce à nos blogs respectifs et notre relation est rapidement passée de virtuelle à réelle, avec un stage photos réalisé en duo sur Avignon il y a quelques années de ça déjà. Depuis, je ne peux plus me passer de nos coups de fil et SMS ou de nos week-ends parisiens. Jujube a même sa chambre chez maman et quand on monte à la capitale, on papote pendant des heures à la table d'un restaurant végétarien que l'on s'était mis en tête de tester.



Depuis l'automne dernier, je me rends très fréquemment chez elle à Nîmes pour des marathons culinaires, en vue de la publication d'un ouvrage. Car "Les desserts sans" n'est pas le dernier livre que l'on co-signe et nous avons désormais nos habitudes. Je connais sa cuisine par cœur et tandis que j'enchaîne la confection de plats et de desserts, Jujube prépare ses scènes et shoote mes créations sans relâche. Son mari et sa fille nous aident à évaluer les recettes, donnant leurs avis et dévorant avec appétit, quand ils ont enfin droit de croquer dans un fondant aux noisettes ou un banana bread... Car attention, si ce n'est pas photographié, on ne peut pas y

toucher !!



“Les desserts sans” est un assortiment de 31 recettes végétales, sans gluten ni sucre raffiné. Il se veut accessible aux débutants comme aux confirmés et s’adresse à tous les gourmands, végétaliens ou non, intolérants au gluten ou non. Outre quelques notes sur les ingrédients et les ustensiles utilisés, vous trouverez des idées pour égayer vos desserts, vos goûters et vos petits-déjeuners, en solo ou à plusieurs,

avec au sommaire (vous pouvez [“feuilleter” le livre avec moi sur Instagram](#)) :



Sommaire

La recette-leçon, pas à pas

- Lait végétal à la pistache, amandes et noisettes

Les tartes et tartelettes

- Tartelettes crues à l'amande et aux fruits

- Tartelettes aux noix de pécan
- (No) Cheesecake au brownie
- Tarte aux fraises
- Tarte crue à l'avocat et au citron

Les gâteaux

- Gâteau à la farine de pois chiche, amandes et mandarine
- Fondant aux noisettes et chocolat
- Cake au chocolat et à la châtaigne
- Banana bread aux noisettes et sirop d'érable
- Layer cake chocolat, coco et banane
- Trifle aux framboises et citron vert
- Flan à la poire et à l'amande
- Clafoutis aux fruits
- Crumble aux flocons d'azuki et aux noix de Grenoble

Les crèmes et desserts givrés

- Mousses à l'avocat et au chocolat
- Petites crèmes chocolatées aux graines de chia
- Crèmes de poires et potimarron
- Riz au lait crémeux à la noisette
- Compote de pêches ultra crémeuse et son topping croquant
- Petits flans à la vanille et sirop d'érable
- Banana « nicecream »
- Glace à la vanille et caramel de coco
- Glace au chocolat

Les biscuits et petits gâteaux

- Cookies à la cacahuète, sirop d'érable et graines de sésame
- Biscuits aux canneberges
- Coquelines (madeleines fourrées à la confiture)
- Muffins aux myrtilles, citron jaune et graines de chia
- Petits rochers de quinoa soufflé au chocolat, purée de cacahuètes et noix de pécan
- Moelleux aux fraises, farine de pois chiche et polenta



La toute première recette du livre est IRRÉSISTIBLE et est signée [Cloud Cakes](#), le coffee shop vegan qui vient d'ouvrir ses portes dans le IIe arrondissement de Paris, au 6 rue Mandar. Il s'agit de cupcakes au chocolat dont le moelleux vous fera complètement perdre la raison (c'est du vécu, croyez-moi !!). Lors de notre dernier week-end à Paris, au début du mois, Jujube et moi avons remis un exemplaire des "Desserts sans" à Olivier et Aelita, les fondateurs de Cloud Cakes. Toute excuse est bonne pour s'y arrêter boire un *matcha latte* et déguster un gâteau, avec ou sans gluten.

Qu'ajouter de plus si ce n'est que "Les desserts sans gluten, sans protéines animales, sans sucre raffiné" est vendu au prix de 9,95 euros dans toutes les librairies virtuelles ou non, [sur le web](#), dans votre librairie de quartier ou même en grande surface (no comment...!). Merci de votre confiance et de votre soutien !



[themoneytizer id=13364-16]