



Éditions  
de La Martinière

# LES SEMAINES LÉGÈRES DE SOPHIE

110 recettes savoureuses

Sophie Dudemaine



Après *Les Week-ends gourmands*, sous le signe de l'abondance et du réconfort, place aux plaisirs simples des semaines légères. Du lundi au vendredi, on cuisine pour soigner son bien-être et faire face au quotidien de la vie active. Inutile de compter les jours... avec de bons petits plats et de fines douceurs, on les savoure ! Voici 110 recettes salées et sucrées, colorées, sources d'énergie et de joie, dans un livre vitaminé pour pétiller.

Et retrouvez d'autres recettes et vidéos sur le blog :

[www.encuisineavecsoophie.com](http://www.encuisineavecsoophie.com)

ART DE VIE

190 x 255 mm - 256 pages

20 avril 2017 - 9782732482033

22.9 €

**Sophie Dudemaine** est connue et reconnue grâce au formidable succès des *Cakes de Sophie*. Auteur phare du rayon cuisine, elle est régulièrement présente dans la presse magazine (*Femme Actuelle*, *Cuisine Actuelle*). Elle propose également "Les Brunchs de Sophie", un buffet gourmand organisé tous les week-ends au Pressoir Concept Store, en plein cœur du pays d'Auge.

## Du même auteur



[www.facebook.com/editionsdelaMartiniere](http://www.facebook.com/editionsdelaMartiniere)

[www.twitter.com/editionsdelaMartiniere](http://www.twitter.com/editionsdelaMartiniere)

[contact@lamartiniere.fr](mailto:contact@lamartiniere.fr)