

Goûters	182
Pour les jours de fête : Apéritif	182
Dattes aux amandes	183
Boules à la caroube	183
Boules « coco - caroube - riz »	183
Halvah (Proche-Orient)	184
Milkshake	184
Glace n°1	184
Glace n°2	184
Glace n°3	185
Glace n°4	185
Dessert au quinoa	185
Deux exemples de menus	185

Bibliographie 188

Notes 196

Table des matières 202