

GENEVIÈVE PLANTE

vert

COULEUR PERSIL

Plus de 60 recettes simples, colorées
et composées d'aliments frais et biologiques.

MONTREAL, LE 25 MARS 2019 – Créativité, authenticité et intuition, voilà comment Geneviève Plante conçoit la cuisine au quotidien. Une passion que cette véritable gourmande — musicienne professionnelle de surcroît — partage depuis cinq ans au travers de son populaire blogue Vert Couleur Persil – « vert » pour santé, « vert » pour fraîcheur.

« D'aussi loin que je me souviens, l'alimentation a toujours occupé une place importante dans ma vie. Je dois l'admettre, je suis gourmande.

Manger fait assurément partie des plus belles expériences que j'ai connues, un éveil des sens chaque fois. Dès qu'un repas est terminé, je pense déjà au prochain. Pour moi, rien de mieux que cuisiner pour les gens que j'aime et partager des repas en toute convivialité. »

— Geneviève —

Avec ce troisième livre, elle nous invite à entrer dans son univers de plats simples, sains et colorés. Houmous à la sauge, frites de panais, crevettes au cumin, poutine de haricots verts, gâteau au fromage... Ni exclusivement végétariennes ni purement végétaliennes, les recettes de *Vert Couleur Persil – Mes recettes simples et gourmandes* sont avant tout savoureuses et équilibrées, composées d'ingrédients frais et biologiques.

Geneviève a décidé d'agir afin de diminuer son empreinte écologique, et ce, à la hauteur de ses moyens et de son style de vie. Moins de déchets signifie également limiter le gaspillage alimentaire !

« J'ai entamé cette démarche dans l'un des endroits où je passe le plus de temps et où la production de déchets est considérable : la cuisine.

Tout débute par l'utilisation d'aliments frais et le moins transformés possible. Parce que finalement, cuisiner, c'est transformer soi-même ses aliments, avec en prime le plaisir que cela procure. »

— Geneviève —

Pour ajouter cette touche encore plus verte, l'auteure a ainsi fait appel à Laurence Lambert-Chan et Benjamin Gendron-Smith, un duo adepte du zéro déchet et couple fondateur du blogue Les Cocos Écolos, qui, pour chacune des recettes, nous offre une astuce facile à appliquer au quotidien. Une façon aussi ludique que pratique de penser à la planète !

Accessible et convivial, ce livre pour tous les appétits démontre en beauté qu'on peut allier nourriture saine, conscience écologique et plaisirs gourmands.

À PROPOS DE L'AUTEURE

GENEVIÈVE PLANTE anime le blogue culinaire Vert Couleur Persil, qu'elle a créé en 2014. Elle a écrit deux livres de recettes : *Histoires de salades* (2016) et *Houmous & Cie* (2017). Trompettiste professionnelle, elle est active sur la scène musicale depuis de nombreuses années.

À PROPOS DES ÉDITIONS LA PRESSE

Les Éditions La Presse donnent la parole à des personnalités influentes qui répondent aux préoccupations d'un large public en lui offrant une vision riche et éclairée. Portées par l'expertise de leurs auteurs, les publications de la maison d'édition s'illustrent fréquemment aux plus hauts rangs des palmarès de vente et sont plébiscitées par l'industrie dans le cadre de concours nationaux et internationaux. Le catalogue des Éditions La Presse regroupe plusieurs créneaux parmi lesquels les livres pratiques, les livres de cuisine, les biographies, les récits et les essais figurent à l'avant-plan.



VERT COULEUR PERSIL

MES RECETTES SIMPLES ET GOURMANDES

Geneviève Plante

—
Les Éditions La Presse

Parution: 8 avril 2019

Nombre de pages: 144

Prix: 32,95 \$

Format: 8 X 10

CONTACT MÉDIAS

Marie-Hélène Chrétien

Des Ruisseaux Communications

514-272-3072 poste 2

marie-helene@desruisseauxcom.com

editions.lapresse.ca

Suivez-nous
sur Facebook

