

**je**  
CUISINE



## Les Éditions Pratico-Pratiques sont complètement salade!

Québec, le 3 juin 2009. Salade... un mot qui peut faire retrousser le poil de plusieurs. «La salade, c'est pour les gens à la diète» ou «une salade, ça ne goûte rien» diront les récalcitrants. **Salades fraîcheur** de la collection *Je cuisine* fera tomber ces réfractaires en amour avec la salade, sous toutes ses formes. Résultats garantis ou argent remis! Cette nouvelle parution des Éditions Pratico-Pratiques regorge, page après page, d'idées recettes tout en saveur, originalité et simplicité. Que vous soyez un néophyte ou un fervent amateur de salades, le magazine **Salades fraîcheur** comblera vos papilles gustatives juste à temps pour la période estivale où ce repas a particulièrement la cote.

Ce plus récent numéro de la collection *Je cuisine* propose 60 recettes inspirantes qui vous feront oublier le côté terne des salades. Qu'elles soient exotiques ou plus traditionnelles, concoctées à base de légumes en feuilles, de légumes du jardin ou de fruits, ou encore qu'elles constituent un copieux repas, ce plat s'éclate véritablement dans **Salades fraîcheur**. Et que dire de la centaine de photographies qui mettent littéralement l'eau à la bouche?

Si à première vue, les salades vous semblent toutes identiques, c'est que vous oubliez leur signature : la vinaigrette. Vous retrouverez dans ce magazine une trentaine d'idées de vinaigrettes qui vous charmeront. Des asiatiques aux fruités en passant par les crémeuses, il y en a pour tous les goûts.

Aussi, découvrez le Combat des pros où trois chefs se sont livrés une chaude lutte pour créer une recette originale. Inspirés par les ingrédients imposés, nos trois experts culinaires ont concocté des salades-repas divines prêtes en moins de trente minutes. Laquelle des recettes gagnera la faveur populaire? En votant pour leur salade favorite sur le [www.combatdespros.com](http://www.combatdespros.com), les internautes courent la chance de remporter un magnifique prix.

Les Éditions Pratico-Pratiques, une maison d'édition de Québec, publient les magazines *Je décore*, *Je cuisine* et *Je jardine*. Des magazines qui font RÊVER, qui aide à RÉALISER et qui permettent de RÉUSSIR ses activités de décoration, rénovation, cuisine et jardinage. Pour de plus amples informations : [www.magazineje.com](http://www.magazineje.com).

- 30 -

Source :  
Martine Côté  
Rédactrice  
Éditions Pratico-Pratiques  
(418) 877-0259 poste 246  
[mcote@pratico-pratiques.com](mailto:mcote@pratico-pratiques.com)  
[www.magazineje.com](http://www.magazineje.com)

Pour plus d'informations :  
Véronique Guay  
Coordonnatrice aux communications  
Éditions Pratico-Pratiques  
(418) 877-0259 poste 232  
[vguay@pratico-pratiques.com](mailto:vguay@pratico-pratiques.com)  
[www.magazineje.com](http://www.magazineje.com)