

RECETAS VEGANAS FACILES



CARRION MOÑIZ, GLORIA

SINOPSIS

+Quieres disfrutar de la cocina vegana más divertida y colorista? +Comer de manera sana y saludable? +Adoptar una alimentación 100% vegetal? +Disfrutar de deliciosas recetas con las que arrinconarás cualquier prejuicio que tengas sobre la alimentación vegana? Este libro tiene como objetivo dar a conocer recetas succulentas y sencillas para las que no es necesario usar ningún producto de origen animal. Su intención es romper con todos los estereotipos de que la cocina vegana y vegetariana sea aburrida, sosa y difícil de manejar. En sus páginas, una de las mayores defensoras del veganismo en la red, te descubrirá numerosos secretos de la alimentación vegetal y sus múltiples beneficios a nivel físico y psicológico. Aprenderás a organizar tu despensa de forma equilibrada y consciente, a preparar un buen estofado caliente, a elaborar quesos, pastas, legumbres, cereales, verduras y postres llenos de color, sabor y nutrientes; y te darás cuenta de que la dieta que excluye todo producto de origen animal es mucho más variada que comer una triste lechuga. ½Gracias a sus sencillas y sabrosas recetas, Gloria conseguirá llegar a tu corazón. Te ayudará a descubrir lo sabroso que es crear un mundo mejor desde tu plato. Porque, cada vez que comes, tienes la opción de defender aquellos valores en los que crees. ¡Que aproveche!!+. Prólogo de Cristina Rodrigo Mánager de Proyectos y Comunicación de ProVeg España y Fundadora de Vegans of Spain ...



Editorial	ARCOMPRESS
Materia	GASTRONOMIA Y COCINA
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788417057503
Status	Disponible
Páginas	144
Tamaño	135xx mm.
Peso	240
Precio (Imp. inc.)	15,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	19/10/2018

Títulos relacionados



HISTORIA DE LA MALAKAND FIELD FORCE. AUTOBIOGRAFIA CHURCHILL, WINSTON



PODER, EL COUÑAGO, DORI



BASTARDOS VILA, ENRIQUE



MAFIA CHINA, LA. TRIADAS, SOCIEDADES SECRETAS RIERA, ALEJANDRO