

RECETAS SALUDABLES CON AIRFRYER



FIT HAPPY SISTERS, ANI Y SARA

SINOPSIS

Ani y Sara son dos hermanas que llevan más de 9 años promoviendo un estilo de vida y alimentación saludable desde sus redes sociales. Su gran número de seguidores aplauden su habilidad para crear recetas saludables, ligeras y deliciosas que te ayudarán a comer y sentirte mejor por dentro y por fuera. Lo que nació como un hobby es hoy en día toda una filosofía de vida que inspira a mujeres y hombres de más de 20 países a llevar un estilo de alimentación mucho más saludable, nutritivo y sabroso sin grandes complicaciones. Ani y Sara son las fundadoras de la cuenta de instagram @fit_happy_sisters y creadoras del método VIVIR SIN DIETAS, con el que animan a sus alumnos a llevar una alimentación saludable y ligera que les permita estar en su peso y dejar a un lado las dietas restrictivas y aburridas. En este libro han querido recopilar todos sus trucos, consejos y mejores recetas con Airfryer para que puedas sacar el máximo provecho a tu freidora de aire, y hacer todo tipo de recetas deliciosas, nutritivas y saludables, de la forma más sencilla y sin complicaciones. ...

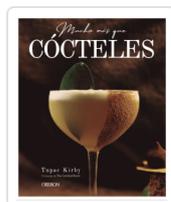


Editorial	OBERON
Materia	GASTRONOMIA Y COCINA
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788441546820
Status	Disponible
Páginas	200
Tamaño	215xx19 mm.
Peso	803
Precio (Imp. inc.)	22,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	22/11/2022

Títulos relacionados



SALUDABLE SABOR DE LO PROHIBIDO, EL
FERNANDEZ PETITE,
EVA CRISTINA



MUCHO MAS QUE COCTELES
KIRBY, TUPAC



COCINA RICO TODOS LOS DIAS (VELOCIDAD CUCHARA)
ARDA, ROSA



SPIRIT, THE EISNER, WILL