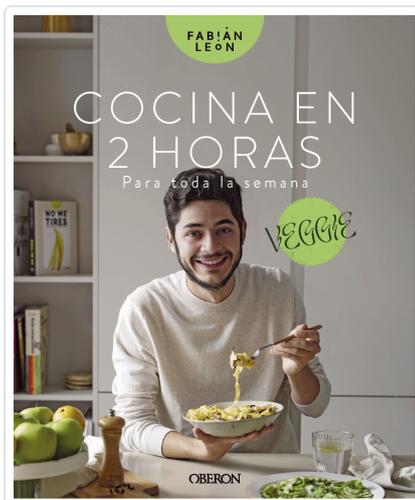


COCINA EN 2 HORAS PARA TODA LA SEMANA. VEGGIE



LEON, FABIAN

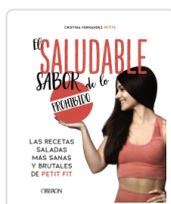
SINOPSIS

Si al llegar a casa eres de las que se pregunta en voz alta, qué cocino hoy, mientras abres la nevera 10 veces en busca de la iluminación. Si acabas recurriendo a los mismos platos de siempre porque están dentro de tu zona de confort o te pones como excusa que no tienes tiempo pero lo que te falta es organización... ¡síguelo leyendo! Al año tiramos de media 33kg de comida por persona por no saber aprovecharla bien y solemos pasar 1h de nuestro día en la cocina. +Y si te dijera que existe un método para solucionar tus comidas en menos de 2 horas y ahorrar tiempo y dinero en la cocina? La misión del libro que tienes entre tus manos es que aprendas que cocinar es fácil, si sabes cómo. Y es que, comer de forma deliciosa, saludable y plant-based no tiene por qué ser complicado. Si quieres aprender a crear menús vegetarianos apetecibles que se adapten a tu día a día y recetas fáciles y versátiles, el método de cocina en 2h para toda la semana te enseñará a realizar una lista de la compra útil, optimizar tu tiempo en la cocina, saber utilizar todos los elementos que tienes a tu disposición y dejar de tirar comida. +'Ready' para formar parte de la revolución aprovechar y mejorar tu calidad de vida? ...

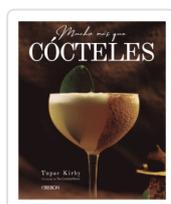


Editorial	OBERON
Materia	GASTRONOMIA Y COCINA
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788441547629
Status	Disponible
Páginas	224
Tamaño	190xx mm.
Peso	760
Precio (Imp. inc.)	21,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	22/03/2023

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