

## DELICIAS VEGANAS



**RODRIGUEZ, TONI**

### SINOPSIS

Descubre una forma saludable y deliciosa de alimentarte con las recetas más originales y sabrosas de la cocina vegana. La alimentación vegana es una opción saludable? y deliciosa. Así lo entienden cada vez más personas decididas a cuidarse y disfrutar a base de recetas libres de ingredientes de origen animal. Y es que comer vegano mejora la salud, facilita la digestión, es más barato, respeta el planeta y evita el sufrimiento animal. Razones de peso para cambiar nuestros hábitos de alimentación hacia una dieta exenta de grasas y rica en cereales, frutas, verduras, legumbres y todo tipo de proteínas vegetales. La cocina vegana tiene infinitas posibilidades para disfrutar en la mesa. Y de eso sabe mucho el autor de este libro. El joven chef vegano Toni Rodríguez nos invita a descubrir sus deliciosas y originales creaciones. Propuestas variadas y saludables que aportan un aire renovado a este tipo de cocina elaborada sin ingredientes de origen animal. **CONTENIDOS** Pero en este libro encontrarás mucho más: Buenas razones para ser vegano y disfrutar cada día en la mesa. Ingredientes, técnicas, utensilios y todo lo que necesitas saber para elaborar este tipo de cocina. Trucos y consejos del autor para darle un toque especial a tus platos veganos. Y más de 80 recetas veganas, sencillas, sorprendentes, exquisitas y muy saludables explicadas paso a paso. ...



Editorial	OCEANO AMBAR
Materia	GASTRONOMIA Y COCINA
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788475567716
Status	Descatalogado
Páginas	264
Tamaño	210xx mm.
Peso	1
Precio (Imp. inc.)	21,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	07/02/2018

### Títulos relacionados



ALIMENTACION DE NUESTROS HIJOS.LA NUEVA COCINA ENERGETICA NI  
BRADFORD, MONTSE



COACHING MAGICO PARA CONVERTIR A TU RANA EN PRINCIPE  
FERNANDEZ PINTO, JIMENA



HOY, ARROZ!  
STAFFIERI, CLAUDIA ADRIANA