

COCINA VEGANA GOURMET



Robles López, Iosune ; Aragón Mora, Alberto

SINOPSIS

Este libro pretende demostrar que preparar platos veganos (sin productos de origen animal) deliciosos, saludables y con un toque gourmet es posible y muy fácil. Y también que la cocina vegana es para todo el mundo: veganos, vegetarianos, intolerantes, alérgicos o simplemente para aquellos que por motivos de salud quieren incorporar más platos de origen vegetal a su alimentación. Comer vegano no tiene por qué ser aburrido y no tenemos que renunciar a nuestros platos preferidos, ni a su sabor. Se puede hacer una versión 100 % vegetal de cualquier receta que nos guste, conseguir una alimentación equilibrada y saludable para cualquier edad y preparar tanto platos para el día a día como para ocasiones especiales, dándoles además un aspecto refinado y exclusivo con la presentación o con algunos ingredientes. En Cocina Vegana Gourmet la mayoría de los ingredientes que se utilizan son fáciles de encontrar en los supermercados y se dan alternativas para los que no lo son, y se ofrecen igualmente opciones para que las pocas recetas que llevan gluten puedan ser aptas para celíacos e intolerantes al gluten....



Editorial	ANAYA MULTIMEDIA
Materia	GASTRONOMIA Y COCINA
EAN	9788441550810
Status	Disponible
Páginas	224
Tamaño	230x200x13 mm.
Peso	617
Precio (Imp. inc.)	19,95€
Idioma	Español