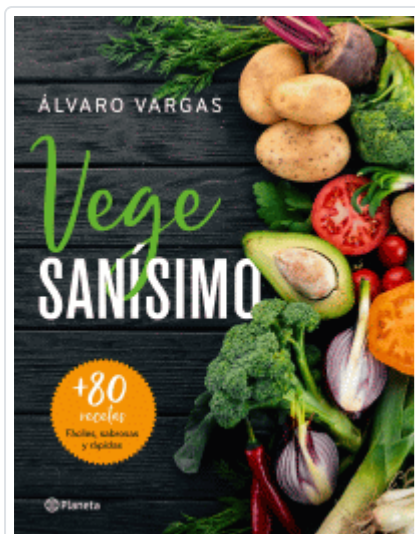


VEGESANISIMO



VARGAS, ALVARO

SINOPSIS

+Has decidido dejar de comer carne y pescado?, +no sabes por dónde empezar?, +te preguntas si tendrás todos los nutrientes necesarios, si se presentará algún déficit, si realmente es una dieta saludable o de dónde sacarás la proteína y el hierro? +Te aburre comer siempre hummus, remolacha y pasta? Seitán en salsa de arándanos, hamburguesas de amaranto, ñoquis de boniato, pastel de espinacas? Dividido por estaciones y apostando por los productos de proximidad, Vegesanísimo es la biblia de referencia para veganos y vegetarianos. Una obra de consulta imprescindible donde encontrarás ideas y consejos para darle sabor y color a tus menús diarios. ...



Editorial	PLANETA
Materia	GASTRONOMIA Y COCINA
Colección	PLANETA LECTOR
EAN	9788408209263
Status	Disponible
Páginas	272
Tamaño	170xx mm.
Peso	704
Precio (Imp. inc.)	18,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	15/04/2019

Títulos relacionados



CURSO EN EL QUE ME ENAMORE DE TI, EL (CUATROVIENTOS)

ALVAREZ, BLANCA



ULTIMOS OSOS POLARES, LOS (COMETA)

HORSE, HARRY



MARCABRU Y LA HOGUERA DE HIELO (CUATROVIENTOS)

TEIXIDOR, EMILI



MANSION DE LAS MIL PUERTAS, LA (CUATROVIENTOS)

SIERRA I FABRA, JORDI