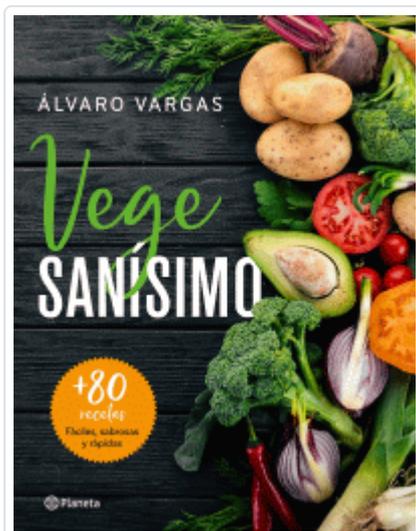


# VEGESANISIMO



## 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, Vegesánísimo 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



REFORMA DEL REGIMEN JURIDICO DE LA ADMINISTRACION LOCAL  
VARIOS AUTORES



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