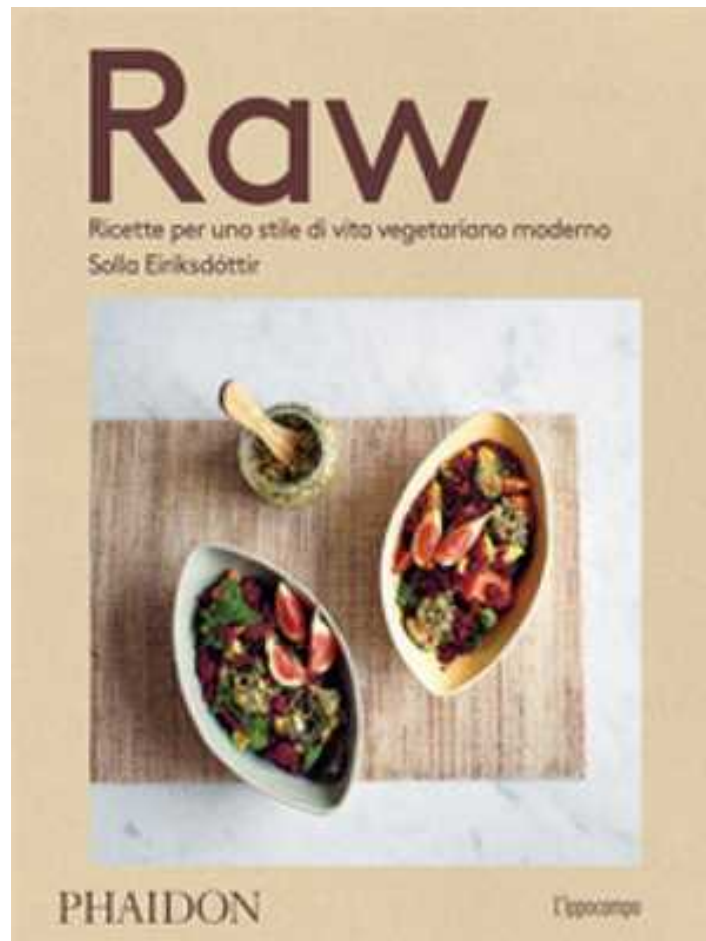


Keywords: Raw. Ricette per uno stile di vita vegetariano moderno libro pdf download, Raw. Ricette per uno stile di vita vegetariano moderno scaricare gratis, Raw. Ricette per uno stile di vita vegetariano moderno epub italiano, Raw. Ricette per uno stile di vita vegetariano moderno torrent, Raw. Ricette per uno stile di vita vegetariano moderno leggere online gratis PDF

---

## **Raw. Ricette per uno stile di vita vegetariano moderno PDF**

**Solla Eiriksdottir**



***Questo è solo un estratto dal libro di Raw. Ricette per uno stile di vita vegetariano moderno. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.***



**DOWNLOAD PDF**

Autore: Solla Eiriksdottir  
ISBN-10: 9788867222612  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 2715 KB

## DESCRIZIONE

Una raccolta di 75 gustose ricette salutistiche e di idee per attività stagionali, come la coltivazione di ortaggi in piccoli spazi, la tintura di tessuti con prodotti naturali e originali spunti per i regali natalizi. Il libro, suddiviso in cinque capitoli - colazione, snack, pranzi leggeri, pietanze complete e dolci - è una fucina di nuovi sapori, con ricette come il Frullato verde, Hummus di pistacchi e cavolo riccio, Pizza di quinoa, Pere allo zenzero e Gelato di fragole. Le ricette, in buona parte crudiste e vegane, sono state ideate dalla chef Solla Eiríksdóttir, che a Reykjavík gestisce Glo, il ristorante vegetariano più in voga d'Islanda. Sono un riflesso della dieta che pratica lei stessa, a base di cibi salutari e ad alto tenore crudista, ossia costituita da almeno il 50% di alimenti vegetali crudi. Ogni ricetta è facile da seguire e contrassegnata in modo chiaro da simboli che indicano se è adatta a un regime dietetico senza latticini, glutine, frutta a guscio, crudista o vegano.

## **COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

Diciamo che la dieta vegetariana è uno stile di vita più che un regime alimentare. Coloro che lo seguono sono animati per lo più dal rispetto degli animali che spesso vengono barbaramente e brutalmente uccisi per arrivare sulle nostre tavole: per queste persone non è poi così difficile non...

Adagiate il composto su un doppio foglio di carta di alluminio imburato, dategli la forma di un parallelepipedo e chiudetelo ermeticamente alle due estremità. Poi sistematelo sulla piastra del forno caldo a 180° e fate cuocere per un'ora. Lasciate intiepidire, eliminate la carta e servitelo affettato.

Ditemi, amici vegetariani, se non avete sentito anche voi queste parole almeno una volta nella vostra vita. Questo articolo è stato scritto per Ricette 2.0 da Isabella Colucci, fotoamante ed enigmista che vaga nel web per soddisfare la sua anima prepotentemente geek.

**RAW. RICETTE PER UNO STILE DI VITA VEGETARIANO MODERNO**

[Leggi di più ...](#)