

Tags: 500 ricette con le verdure libro pdf download, 500 ricette con le verdure scaricare gratis, 500 ricette con le verdure epub italiano, 500 ricette con le verdure torrent, 500 ricette con le verdure leggere online gratis PDF

500 ricette con le verdure PDF

Emilia Valli



Questo è solo un estratto dal libro di 500 ricette con le verdure. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Emilia Valli
ISBN-10: 9788854193383
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 2218 KB

DESCRIZIONE

Le verdure sono un'autentica miniera di elementi preziosi per l'organismo e una presenza assolutamente indispensabile nella nostra alimentazione quotidiana. Ricche di fibre, vitamine, sali minerali e proteine vegetali, assolvono molteplici funzioni benefiche: disintossicano, contrastano l'invecchiamento delle cellule, hanno proprietà anticancerogene, sono alleate utilissime nelle diete, inducono rapidamente sazietà e rallentano l'assorbimento di sostanze nocive. Inoltre si prestano a talmente tante combinazioni da riuscire ad appagare il palato senza appesantire il corpo. Asparagi, biette, carote, carciofi, cavoli, finocchi, funghi, melanzane, peperoni, pomodori, spinaci, zucche e zucchine possono arricchire il menu giornaliero o addirittura diventarne protagonisti, colorando antipasti, primi, pizze, secondi, insalate, contorni e piatti unici.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

L- 500 RICETTE CON LE VERDURE - VALLI - NEWTON - 17 - 1a ED. - 2005 - CS- ZCS497 P
Download. Benvenuto a Chekmezova - L- 500 RICETTE CON LE VERDURE - VALLI - NEWTON ...

500 ricette con le verdure è un libro di Valli Emilia pubblicato da Newton Compton nella collana Manuali di cucina, con argomento Culinaria - Verdure - sconto 10% ...

Ingredienti per 6 persone: 1 kg di zucca 60 g di burro ½ cipollina ½ bicchiere di panna (o latte) olio e.v.o. brodo sale pepe noce moscata Mondate la zucca, [...]

500 RICETTE CON LE VERDURE

[Leggi di più ...](#)