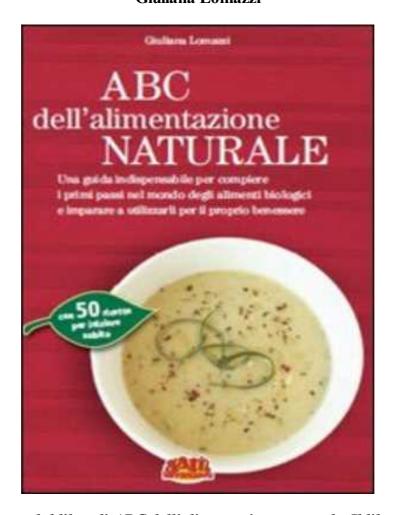
ABC dell'alimentazione naturale PDF

Giuliana Lomazzi



Questo è solo un estratto dal libro di ABC dell'alimentazione naturale. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Giuliana Lomazzi ISBN-10: 9788888819204 Lingua: Italiano

Dimensione del file: 3926 KB

DESCRIZIONE

Sei capitoli di agevole lettura e un ricettario per muovere i primi passi nel mondo dell'alimentazione naturale: ecco quanto propone questo testo, un vero e proprio manuale dedicato a chi non sa nulla di questo argomento, ma anche a chi ha già cominciato a interessarsene e vuole sapere di più. Dagli errori più comuni dell'alimentazione odierna all'equilibrio alimentare, dai vantaggi del biologico agli studi scientifici più recenti e al recupero delle tradizioni alimentari. Si scoprono tanti cibi nuovi e si trovano risposte alle domande più frequenti: cosa mangiare quando manca il ferro? Va bene la dieta vegetariana per i bambini? Per friggere è meglio l'olio d'oliva o quello di semi? E impegnativo cucinare "naturale"? Si impara così a diventare consumatori consapevoli, sostenitori di una cucina vissuta e pensata, cuochi rispettosi dell'ambiente e della naturalità dei cibi, fruitori consapevoli del valore degli alimenti.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

60 ricette e tanti consigli per imparare i segreti della cucina naturale e preparare piatti sani e gustosi. Scopriamo insieme la nuova edizione del ricettario ABC ...

Acquista online il libro ABC dell'alimentazione naturale di Giuliana Lomazzi in offerta a prezzi imbattibili su Mondadori Store.

L ABC dell alimentazione naturale a cura di Marco Bo L alimentazione naturale L'alimentazione naturale propone un corretto equilibrio tra il rispetto della propria ...

ABC DELL'ALIMENTAZIONE NATURALE

Leggi di più ...