

Mangio sano cucino vegano PDF

Pat Crocker



Questo è solo un estratto dal libro di Mangio sano cucino vegano. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Pat Crocker
ISBN-10: 9788822701633
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3816 KB

DESCRIZIONE

Un libro per chi si sta avvicinando a un'alimentazione a base vegetale o per chi ha già abbracciato la dieta vegana. Ricco di informazioni dettagliate sulle proprietà dei vegetali è anche pieno di spunti interessanti e informazioni indispensabili per sapere che cosa stiamo mangiando e che effetti avrà sul nostro organismo. Oltre 250 ricette, semplici da realizzare, originali e soprattutto deliziose, arricchite da 150 schede su frutta, verdura, legumi, cereali, noci, alimenti di soia, alghe, erbe e aromi, il loro utilizzo e i suggerimenti sulla conservazione. Perché scegliere un ricettario vegano? Perché mangiare è uno dei piaceri della vita e se mentre mangiamo possiamo anche fare del bene a noi stessi, agli animali e al pianeta c'è solo da guadagnarci! Provate una delle sfiziose ricette della Crocker e riuscirete a stupire i vostri amici onnivori e anche i palati più diffidenti chiederanno il bis!

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Libro: Mangio Sano, Cucino Vegan di Michela De Petris. 56 gustose ricette con commento medico.

Questo non è il solito volume in cui la parte teorica precede quella pratica ai fornelli, bensì un libro pensato... al contrario! Partiremo dalle ricette per ...

Mangio sano cucino vegano è un libro scritto da Pat Crocker pubblicato da Newton Compton nella collana Manuali di cucina

MANGIO SANO CUCINO VEGANO

[Leggi di più ...](#)