

## Cereali nel piatto PDF

Ana Shillinglaw Hampton



*Questo è solo un estratto dal libro di Cereali nel piatto. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



Autore: Ana Shillinglaw Hampton

ISBN-10: 9788867222384

Lingua: Italiano

Dimensione del file: 2118 KB

## **DESCRIZIONE**

I cereali antichi sono tornati nei nostri piatti, ottima notizia per chi ricerca un'alimentazione sana: facilmente reperibili, possono essere integrati in ogni pasto. Questi piatti sono spesso serviti in un'insalatiera, molto pratica per un pasto informale, composto da ingredienti di qualità. Costituiscono anche una buona soluzione in caso di diete particolari. I cereali senza glutine come la quinoa e il riso sono perfetti per coloro che soffrono di un'intolleranza al glutine o di celiachia. Grazie alle proteine di origine vegetale, queste ricette sono ideali anche per vegetariani e vegani. Dai più delicati per gusto e consistenza - come il bulgur e il freekeh? - ai più profumati e sodi - come il farro e il grano - i cereali soddisfano ogni palato. Gli abbinamenti compatibili sono talmente variegati (frutta, verdura, carne e pesce) che è sempre possibile toglierli o aggiungerli per adattare il menù alle esigenze di ogni membro della famiglia.

**COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

La cucina a base di cereali di Emma Graf, vendita online sul sito del Giardino dei Libri, sconti e offerte speciali. La cucina a base di cereali.

Cereali Nel Piatto è un libro di Anne Hampton , Victoria Wall Haris edito da L'ippocampo a ottobre 2016 - EAN 9788867222384: puoi acquistarlo sul sito HOEPLI.it, la ...

I cereali antichi sono tornati nei nostri piatti, ottima notizia per chi ricerca un'alimentazione sana: facilmente reperibili, possono essere integrati in ogni pasto.

## **CEREALI NEL PIATTO**

[Leggi di più ...](#)