

Tags: Cosa mangiamo. La guida completa per conoscere segreti e proprietà di tutti gli alimenti libro pdf download, Cosa mangiamo. La guida completa per conoscere segreti e proprietà di tutti gli alimenti scaricare gratis, Cosa mangiamo. La guida completa per conoscere segreti e proprietà di tutti gli alimenti epub italiano, Cosa mangiamo. La guida completa per conoscere segreti e proprietà di tutti gli alimenti torrent, Cosa mangiamo. La guida completa per conoscere segreti e proprietà di tutti gli alimenti leggere online gratis PDF

Cosa mangiamo. La guida completa per conoscere segreti e proprietà di tutti gli alimenti PDF

Allan Bay



Questo è solo un estratto dal libro di Cosa mangiamo. La guida completa per conoscere segreti e proprietà di tutti gli alimenti. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Allan Bay
ISBN-10: 9788837086091
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 4382 KB

DESCRIZIONE

Un libro "non di cucina" ma dedicato al lettore curioso: di cucina, naturalmente. E attento al proprio benessere. Da tenere sempre sotto mano, in bella vista, perché racconta tutti i segreti degli alimenti che compongono la nostra dieta, illustrati, proposti in ordine alfabetico e spiegati in modo semplice: dall'A alla Zeta, acciughe, banane, fagioli... yogurt, zucche e zucchero rivelano caratteristiche, composizione chimica, dimensioni, ma anche curiosità, modalità di scelta e di acquisto nei banchi del mercato o negli scaffali del supermercato. Strumento di conoscenza delle peculiarità dei prodotti che mangiamo, il libro, realizzato a quattro mani da Allan Bay e Nicola Sorrentino, "guru" rispettivamente della gastronomia e della nutrizione, si arricchisce di 50 ricette "che piacciono agli autori", pensate per far conoscere meglio gli ingredienti senza rinunciare ai sapori più accattivanti e rispettando i principi nutrizionali fondamentali per il nostro benessere. Spezzatino di ossobuco o riso alla paesana, insalata di rinforzo o budino di fragole: dall'antipasto al dolce, un menù "ideale" facile da realizzare, buono per la salute.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Cosa mangiamo. La guida completa per conoscere segreti e proprietà di tutti gli alimenti; Cosa mangiamo. La guida completa per conoscere ... segreti degli alimenti ...

Libro: Cosa Mangiamo di Allan Bay, Nicola Sorrentino. La guida completa per conoscere segreti e proprietà di tutti gli alimenti.

Scopri Cosa mangiamo. La guida completa per conoscere segreti e proprietà di tutti gli alimenti di Nicola Sorrentino, Allan Bay, A. Cucinotta: spedizione gratuita ...

COSA MANGIAMO. LA GUIDA COMPLETA PER CONOSCERE SEGRETI E PROPRIETÀ DI TUTTI GLI ALIMENTI

[Leggi di più ...](#)