

A tavola è già tardi PDF

Domenicantonio Galatà



Questo è solo un estratto dal libro di A tavola è già tardi. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Domenicantonio Galatà

ISBN-10: 9788899706159

Lingua: Italiano

Dimensione del file: 1733 KB

DESCRIZIONE

"A tavola è già tardi" è un prontuario della buona alimentazione che insegna come fare la spesa (scegliere i prodotti, leggere l'etichetta, organizzare il frigorifero...) e come cucinare i cibi acquistati (metodi di cottura, materiali da preferire o evitare, accorgimenti importanti...), seguito da una corposa appendice di ricette con un occhio alla linea e l'altro al gusto. L'autore, un nutrizionista-biologo, sostiene che la dieta non si fa a tavola, perché in sala da pranzo è già troppo tardi, ma al supermercato e in cucina: imparare ad acquistare e cucinare cibi gustosi e nutrienti ma che non facciano ingrassare, per non doversi preoccupare quando è il momento di mangiare.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Download immediato per A tavola è già tardi, E-book di Domenicantonio Galatà, pubblicato da Lastaria Edizioni. Disponibile in EPUB, Mobipocket. Acquistalo su ...

A tavola è già tardi è un prontuario della buona alimentazione che insegna come fare la spesa (scegliere i prodotti, leggere l'etichetta, organizzare il...

Compra il libro A tavola è già tardi di Domenicantonio Galatà; lo trovi in offerta a prezzi scontati su Giuntialpunto.it

A TAVOLA È GIÀ TARDI

[Leggi di più ...](#)