Veganomicón

El libro definitivo de cocina vegana

Moskowitz, Isa Chandra; Romero, Terry Hope

Editorial: Gaia Ediciones
ISBN: 9788484454755
Páginas: 352
Dimensiones: 21 x 25 cm
Encuadernación: Rústica
PVP.: 25,00 €
Coleccion: Salud Natural - Nutrición y Salud

SINOPSIS

Estimado Veganomicón:

Llevo años alejada de la carne y de los productos lácteos, pero no soy capaz de comer verduras. Me resultan tan sosas e insípidas que bien podría masticar una servilleta para conseguir la misma ración de fibra; así me ahorraría además el elemento verde que tanto repelús me da. No obstante, tengo entendido que ingerir estos productos que crecen del estiércol tiene sus ventajas. ¿Qué me aconsejas?

Un cordial saludo,
Doña Cautelosa de las Hierbas Estimada Cautelosa:

No temas. A nosotras nos gusta la comida sabrosa tanto como a ti. Permítenos presentarte 250 deliciosas recetas del *Veganomicón* elaboradas con sencillas técnicas culinarias. Con tu permiso, te ayudaremos a transformar raíces, brotes, hojas y frutos comestibles de gran variedad de plantas en alimentos sumamente gratos al paladar mediante la aplicación puntual de calor, aceites y condimentos.
Te encantará el resultado.

Post data: A petición del público hemos incluido también diferentes menús para ocasiones especiales, además de numerosas recetas exentas de soja, sin gluten y bajas en calorías. Y en caso de que estés tremendamente ocupada y apenas dispongas de tiempo de preparar la cena, ten en cuenta que muchos de nuestros platos pueden elaborarse en menos de 45 minutos. ¡Incluso hay algunos que requieren menos ...