

## Quiero ser vegetariano y no sé cómo

Moreno, Ana

Editorial: Mundo vegetariano

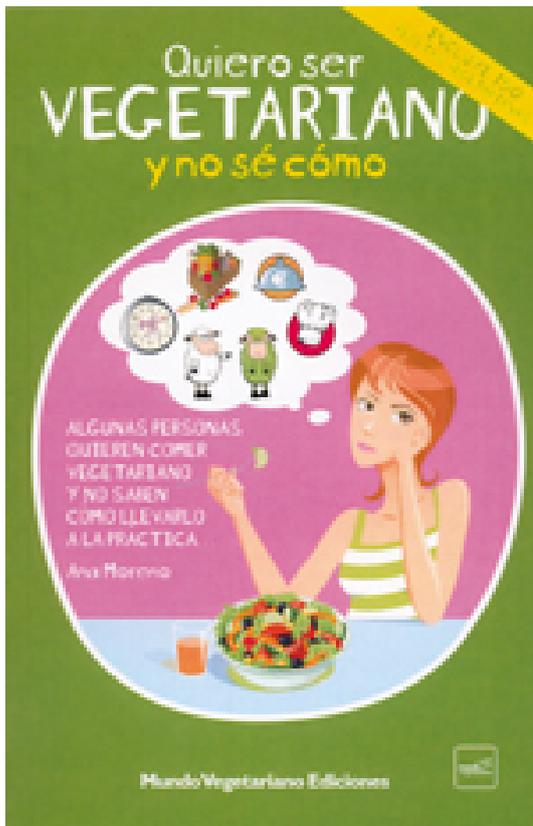
ISBN: 9788493753948

Páginas: 202

Dimensiones: 14 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 15,00 €



### SINOPSIS

Algunas personas quieren comer vegetariano y no saben cómo llevarlo a la práctica. No saben cómo pasar a la acción y necesitan una guía.

Con este libro podrás vegetarianizar tu dieta hasta el grado que tú quieras, teniendo en cuenta tu caso particular: ¿Tienes poco tiempo? ¿Hijos? ¿No te gusta cocinar? ¿Comes fuera de casa? ¿Anemia? ¿Embarazo? ¿Colesterol alto? ¿Colon irritable? ¿Sobrepeso? ¿Te faltan ideas de recetas y acabas comiendo siempre lo mismo? ¿Miedo de que te falten nutrientes?

Incluye 150 recetas vegetarianas.