

101 recetas crudiveganas para solucionar la vida

Recetas fáciles para 1 persona, españolas, con ingredientes y utensilios sencillos, novedosas, rápidas, sanas y deliciosas

Moreno, Ana

Editorial: Mundo vegetariano

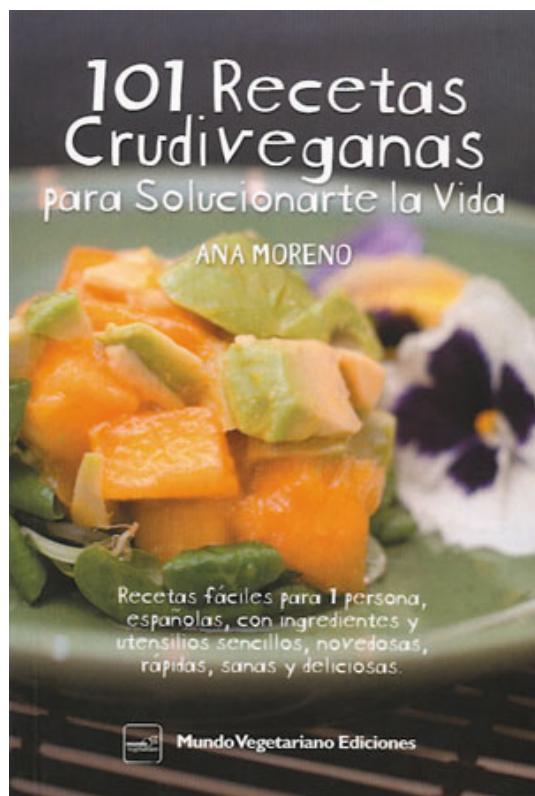
ISBN: 9788493947903

Páginas: 134

Dimensiones: 14 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 10,00 €



SINOPSIS

Desde hábitos saludables para cocinar, pasando por ingredientes secretos y menús equilibrados, Ana Moreno nos presenta las situaciones que pueden resultar más difíciles para los vegetarianos: Qué desayunar o merendar, los platos únicos que se pueden cocinar, cómo organizarse si se come en el trabajo, o en los picnics campestres, o si la familia se reúne los domingos para almorzar, si se viaja en coche..., cómo preparar cenas ligeras, cenas románticas, cenas informales, comida para celebraciones y bodas, qué darles a los niños, cómo organizar la Navidad, las delicias de la repostería vegetariana...