

NOVEDAD



Haz magia con la cocina macrobiótica

Editorial: Porcia Ediciones

ISBN: 9788419473080

Páginas: 80

Dimensiones: 15 x 23 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 15,00 €

SINOPSIS

La cocina macrobiótica explicada con una mirada infantil.

Aida, una niña de nueve años, es la protagonista de este cuento. Con ella, recorrerás este camino hacia la salud gracias a algunos ingredientes básicos de esta dieta saludable y curativa: los cereales, los vegetales, el miso, la umeboshi, el calcio del gomasio... Y aprenderás algunos principios fundamentales: el yin y el yang, la importancia de escuchar el cuerpo y algunos remedios naturales.

¡Todo con mucha alegría y un toque de magia!