

El libro del pan sin gluten

Ideas y técnicas creativas para elaborar en casa tu pan sin alérgenos 100% natural

Vázquez-Gundín Etcheverría, M^a Eugenia

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484458821

Páginas: 304

Dimensiones: 20 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 22,00 €

Colección: Salud natural



SINOPSIS

APRENDE A PREPARAR PANES NUTRITIVOS Y ATRACTIVOS SIN GLUTEN NI ALÉRGENOS *El libro del pan sin gluten* presenta **93 deliciosas recetas** para preparar en tu propia casa que te abrirán las puertas al saludable mundo de los **panes sin gluten**. Estructurado de forma amena y didáctica, intercala la teoría con la práctica para ayudarte a comprender los pasos y procesos a seguir, gracias a lo cual la elaboración te resultará clara y sencilla. A lo largo de sus páginas encontrarás recetas rápidas y otras que requieren más preparativos, todas con opciones **libres de lácteos, aditivos, conservantes, gomas, celulosas, azúcares, huevos y mezclas comerciales**. Entre sus recetas magistrales encontrarás panes «sin harinas», panes con harinas integrales o copos hinchados y también panes planos, crackers crujientes, panes con legumbres, creps, barritas, bollos blanditos de granos completos y panes de molde deliciosos y saludables, además de barras de pueblo llenas de aroma y textura y hogazas de las de toda la vida, todos ellos enriquecidos con semillas, frutos secos, algas, verduras, hortalizas y zumos. **Una propuesta innovadora y fascinante que revolucionará tu cocina.**