

riverside
agency

500 recetas veganas

Autor: Deborah, Gray

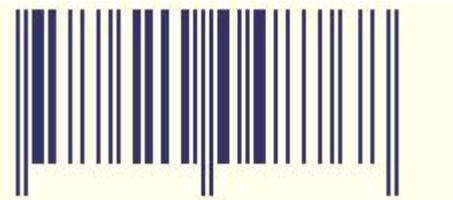
Blume

ISBN: 978-84-10-04876-8 / Rústica / 288pp | 150 x 150 cm

Precio: \$ 22.000,00

* Una fantástica nueva recopilación de recetas veganas para todas las ocasiones: desayunos, comidas familiares, fiestas y cenas y repostería. Algunas son adaptaciones veganas de platos tradicionales, otras han sido especialmente creadas para mostrar la comida vegana en todo su esplendor. * Una minuciosa introducción a la cocina vegana, que incluye lo que se debe y lo que no se debe hacer y muchos consejos y sugerencias para sustituir alimentos. * Recetas básicas imprescindibles y otras con influencias de múltiples tradiciones culinarias, desde clásicas europeas hasta favoritas de México y Norteamérica e interesantes platos de la India, del sudeste asiático, de China y de Japón. 500 recetas que impresionarán hasta al comensal más escéptico. Todos los platos están basados en el amor por la buena comida y aprovechan el valor nutritivo de las frutas y verduras frescas y de las legumbres. El libro está repleto de fascinantes y sorprendentes formas de utilizar el tofu y otros alimentos menos conocidos como la cebada y la polenta. Entre las recetas se incluyen tortitas de avena y manzana, sopa de maíz y jalapeño, tajín de calabaza y albaricoque, curri verde rápido de verduras, guiso hippie, risotto triple de tomate, lasaña con champiñones cremosos y pastel de plátano con maracuyá.

Todos los platos están basados en el amor por la buena comida y aprovechan el valor nutritivo de las frutas y verduras frescas y de las legumbres. El libro está repleto de fascinantes y sorprendentes formas de utilizar el tofu y otros alimentos menos conocidos como la cebada y la polenta.



Deborah, Gray

siempre ha estado interesada en la cocina integral desde que empezó a trabajar como dependienta temporal en una exitosa cafetería de comida saludable en Londres. Tras trabajar en el mundo editorial, en California, regresó a Londres y empezó a centrarse en libros de gastronomía. Escribió varios libros de cocina vegetariana y para familias, además de ser editora culinaria y realizar otras tareas. Vivió en Estados Unidos con su familia durante una temporada, y ahora reside en la campiña de Wiltshire, donde dispone de un gran número de productos de la granja y disfruta del aire libre.