Blanca, Herp
BLANCA HERP es autora de infinidad de libros y artículos en revistas especializadas sobre temas de alimentación, salud y vida natural. En esta misma editorial ha publicado Cómo cura. Zumos verdes y El nuevo libro de la cocina natural.

El nuevo libro de la cocina natural

Autor: Blanca, Herp

RBA Integral
ISBN: 978-84-15541-47-9 / Rústica / 336pp | 180 x 245 cm
Precio: $ 23.500,00

La cocina vegetariana ha experimentado un éxito sin igual en los últimos años. De ser una opción minoritaria, ha pasado a convertirse en un modo de vida y de alimentación reconocido por todos como saludables y delicioso. La dieta vegetariana se ha enriquecido con nuevos alimentos, técnicas y recetas que la hacen adecuada y atractiva para cualquier persona y paladar. El nuevo libro de la cocina natural recoge las informaciones y aportaciones más recientes en este campo para actualizar la obra pionera sobre cocina vegetariana en nuestro país y convertirla en el nuevo clásico del siglo XXI. Un libro imprescindible para disfrutar del vegetarianismo en casa sin complicaciones con más de 200 recetas, las técnicas más saludables, menús diarios... Sin duda, una obra de referencia y consulta para todas aquellas personas que deseen cuidar su salud de un modo sano, consciente y responsable.

La cocina vegetariana ha experimentado un éxito sin igual en los últimos años. De ser una opción minoritaria, ha pasado a convertirse en un modo de vida y de alimentación reconocido por todos como saludables y delicioso.