

9 788416 267231

Varios, Autores

Biblia vegetariana

Autor: Varios, Autores

RBA Integral
ISBN: 978-84-16267-23-1 / Tapa dura / 448pp | 215 x 245 cm
Precio: $ 21.500,00

LA GUÍA MÁS COMPLETA DE ALIMENTACIÓN Y COCINA NATURAL Ser vegetariano es mucho más que seguir una dieta. Los platos y alimentos que consumes intervienen en tu salud y también en tu vida cotidiana. Por eso, este libro no solo te ofrece un gran abanico de sabrosos y nutritivos platos para disfrutar en todos los sentidos con una dieta sana, sino que también te guía mejor que ningún otro para adaptarte plenamente a la realidad vegetariana. -Más de 350 deliciosas recetas con información nutricional -50 consejos culinarios -Información detallada sobre más de 100 alimetos de la dieta vegetariana -Numerosas sugerencias para adaptar tu vida a tus necesidades vegetarianas

LA GUÍA MÁS COMPLETA DE ALIMENTACIÓN Y COCINA NATURAL Ser vegetariano es mucho más que seguir una dieta. Los platos y alimentos que consumes intervienen en tu salud y también en tu vida cotidiana. Por eso, este libro no solo te ofrece un gran abanico de sabrosos y nutritivos platos para disfrutar en todos los sentidos con una dieta sana, sino que también te guía mejor que ningún otro para adaptarte plenamente a la realidad vegetariana. -Más de 350 deliciosas recetas con información nutricional -50 consejos culinarios -Información detallada sobre más de 100 alimetos de la dieta vegetariana -Numerosas sugerencias para adaptar tu vida a tus necesidades vegetarianas